IVALDO
BERTAZZO

ESPAÇO E CORPO

GUIA DE REEDUCAÇÃO DO MOVIMENTO

SESC SP

Dirigido a professores e alunos, e a todos os que têm interesse pelo entendimento e pela saúde do corpo, este livro resume e comenta as linhas mestras da Escola de Reeducação do Movimento, desenvolvida por Ivaldo Bertazzo e agora disseminada por todo o país.

Fartamente ilustrado (com desenhos e fotos), o livro reúne ensaios e textos de estudiosos e colaboradores da técnica, juntamente com as palavras do próprio Bertazzo.

Aqui também se poderá conhecer de perto tudo o que entra em jogo nos projetos que Bertazzo desenvolve em comunidades carentes, chegando à elaboração de espetáculos marcantes, como *Samwaad – Rua do Encontro* (2004).

Patrocinador

BR
PETROBRAS

Co-Patrocinio

Instituto Votorantim

LEI DE INCENTIVO À CULTURA
MINISTÉRIO DA CULTURA

ISBN 85-98112-05-4
9 788598 112053

ESPAÇO E CORPO

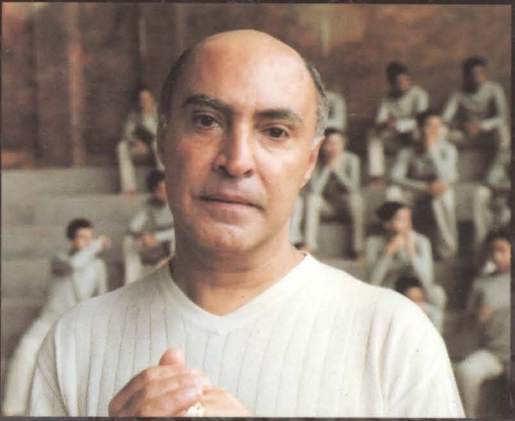
GUIA DE REEDUCAÇÃO DO MOVIMENTO

IVALDO BERTAZZO

Organização e Apresentação
Inês Bogéa

Textos
Andrea Amaral Castillo
Auro Danny Lescher
Bettina Grajcer
Cléo Regina Miranda
Keiko Abe
Lauro Aventuratto
Maria Inês Batista Campos
Nilza Assumpção Veronesi
Rafael Y Castro

Fotografia
Eron Silva



Ivaldo Bertazzo é coreógrafo, professor de dança e terapias corporais. Além de seis prêmios da APCA (Associação Paulista de Críticos de Arte) - "Melhor Espetáculo, Dança", 1986; "Melhor Diretor, Dança", 1987 e 1989; "Melhor Pesquisa, em 1990, 1991 e 1997" -, recebeu também o Prêmio Ministério da Cultura como o artista mais significativo do ano na área de dança no Brasil, 1999, e o Prêmio Mambembe de melhor espetáculo da dança com *Ciranda dos Homens - Carnaval dos Animais.*

Desde 1975 dirige a Escola de Reeducação do Movimento, em São Paulo. Terapeuta corporal, Bertazzo criou, em 1987, o Centro Brasileiro de Cadeias Musculares, que organiza cursos regulares para profissionais da área corporal em São Paulo, sobre as técnicas da osteopata belga Godelieve Denys-Struyf e das biomecanicistas Marie Madeleine Béziers e Suzanne Piret. A convite dessas especialistas, ministra regularmente cursos na Bélgica e na França.

É autor de *Cidadão Corpo - Identidade e Autonomia do Movimento* (Summus Editorial, 1998).

João

Maria Alves

[illegible]

125210357-5

ESPAÇO E CORPO

GUIA DE REEDUCAÇÃO DO MOVIMENTO

IVALDO BERTAZZO

SESC SP

Serviço Social do Comércio
Administração Regional do Estado de São Paulo

Presidente do Conselho Regional: Abram Szajman
Diretor do Departamento Regional: Danilo Santos de Miranda
Superintendente Técnico Social: Joel Naimayer Padula
Gerente de Ação Cultural: Ivan Giannini
Gerente Adjunto: Rosana Paulo da Cunha

ESPAÇO E CORPO
GUIA DE REEDUCAÇÃO DO MOVIMENTO
IVALDO BERTAZZO
Organização e apresentação: Inês Bogéa
Textos: Andrea Amaral Castillo,
Auro Danny Lescher,
Bettina Grajcer,
Cléo Regina Miranda,
Keiko Abe,
Lauro Aventuratto,
Maria Inês Batista Campos,
Nilza Assumpção Veronesi,
Rafael Y Castro.
Edição de texto: Marcelo Pen
Revisão técnica: Lúcia Campello Hahn
Revisão dos textos: Heron Coelho
Produção gráfica e fotolitos: SESC São Paulo

Projeto gráfico e fotografias: Eron Silva
Equipe de arte: Marilu Donadelli, Cristina Tobias, Cristina Miras, Eurípedis Silva, Lourdes Teixeira, Sergio Afonso. Auxiliares: Kelly dos Santos, Roberta Alves, Daniel Silva.
Ilustrações: Adriana Alves / Ilustrações de Origami: Sergio Afonso.
SESC São Paulo
Av. Paulista, 119 - CEP 01311-903 - Tel.: 3179.3400
www.sescsp.org.br

Bertazzo, Ivaldo
Espaço e corpo: guia de reeducação do movimento / Ivaldo Bertazzo, Inês Bogéa. - São Paulo: SESC, 2004.
240p.

ISBN 85 - 98112-05

1. Dança 2. Educação 3. ONGs 4. Juventude
I. SESC. Administração Regional no Estado de São Paulo

CDD - 792.8

sumário

PROCESSO EDUCATIVO NA AÇÃO CULTURAL
Danilo Santos de Miranda / **5**

O ALCANCE DO MOVIMENTO
Inês Bogéa / **9**

DESPERTAR
Ivaldo Bertazzo / **29**

1. ESPAÇO E COMUNICAÇÃO

Um Início do Que Virá / **54**
Inês Bogéa

Espaço Vazio e Mandala / **57**
Ivaldo Bertazzo

Espaço Exterior – Vínculos com o Hábitat / **75**
Cléo Regina Miranda
Nilza Assumpção Veronesi

Linguagem Verbal e Interação / **89**
Maria Inês Batista Campos

Contemplando a Saúde / **101**
Bettina Grajcer
Auro Danny Lescher
Lauro Aventuratto

2. REEDUCAÇÃO DO MOVIMENTO

A Linguagem do Corpo / **118**
Inês Bogéa

Desenhar o Gesto / **121**
Ivaldo Bertazzo
Andrea Amaral Castillo

Percussão / **157**
Rafael Y Castro

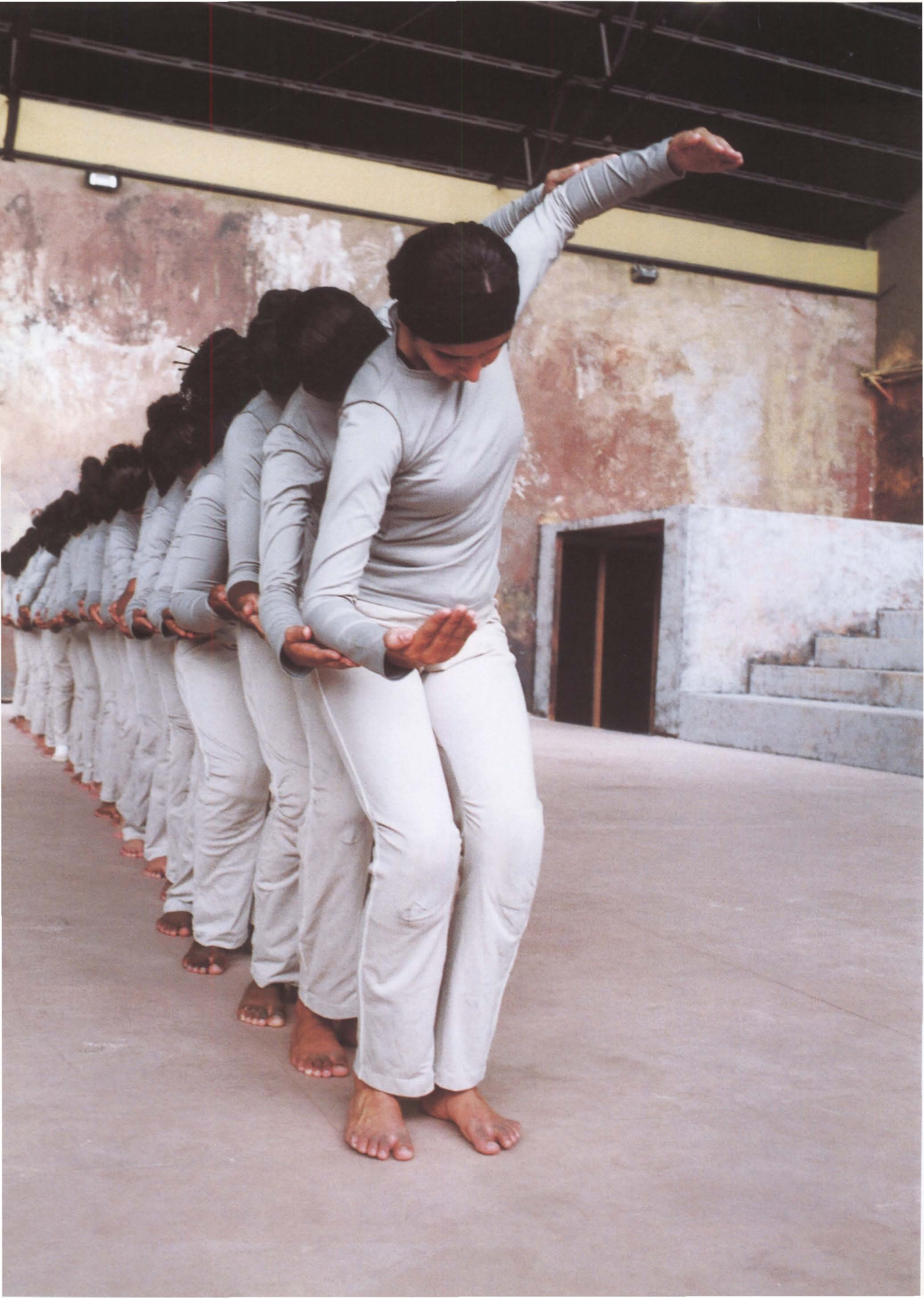
Origami / **173**
Keiko Abe

3. O OUTRO LADO DO PALCO

O Que Vem Depois / **192**
Inês Bogéa

Dentro do Palco / **195**
Ivaldo Bertazzo

Indicações de Leitura / **234**



Processo Educativo na Ação Cultural

Danilo Santos de Miranda

Ivaldo Bertazzo é um parceiro de longa data em realizações do SESC São Paulo. Seu trabalho com a comunidade, que tem buscado auto-organizar-se para a promoção da saúde, educação, cultura e cidadania de crianças e jovens, sobretudo os de baixa renda, carentes de recursos econômicos (mas enormemente ricos em idéias, expressões culturais, força de vontade e paixão), é uma referência nacional e internacional dentro do panorama da ação cultural atual.

Espetáculos como Cidadão Corpo, Palco, Academia e Periferia, Além da Linha d'água, Mãe Gentil e Dança das Marés marcam essa trajetória de sensibilidade e reflexão, que aproxima pessoas, temas e abordagens muitas vezes consideradas distantes e até mesmo antagônicas.

O livro *Espaço e Corpo – Guia de Reeducação do Movimento* é resultado da experiência mestre, dando suporte e indicando referências em educação e dança para professores e educadores que atuam na busca do desenvolvimento humano, na completude do indivíduo em harmonia com seu tempo e sua sociedade.

Nascido com o projeto Dança Comunidade, o livro traz a metodologia construída em 30 anos de trabalho e pesquisa do movimento de Ivaldo Bertazzo, estruturado a partir de duas faces da mesma moeda: a reflexão e a prática.

Como um guia, o livro compromete-se a indicar caminhos, a esclarecer aspectos e procedimentos que potencializam a relação harmônica entre o indivíduo e o espaço em que ele vive, seja o espaço exterior, sejam os limites de seu próprio corpo.

Ele dá importância central não só ao movimento corporal, ao gesto, mas também a outras linguagens e outros modos de expressão que dinamizam as formas de os indivíduos relacionarem-se e comunicarem-se com o mundo, tornando-se sujeitos de seu corpo e de seu ambiente por meio da consciência de sua própria corporeidade.

Na diversidade do corpo, expressão concreta da diversidade de gestos, traduz-se a multiplicidade de pensares, imagens, sonhos e desejos, cada qual respeitado em sua integridade, particularidade e autonomia. Constrói-se um movimento de harmonia praticando o improvável – a reunião do diferente no comum, do semelhante no diverso.

A palavra-chave que possibilita o acontecer do impossível é *respeito*. Respeito que quer dizer convivência e troca entre os diferentes, que significa tudo aquilo que a arte procura por intermédio de suas manifestações – da dança, da música, das artes plásticas, do teatro, entre outros – e os mais instigantes caminhos para os quais ela aponta.

Uma das chaves dessa pluralidade Ivaldo Bertazzo buscou na dança e na música indianas, que inspiram o encontro proporcionado por seus trabalhos. Pluralidade de uma cultura, cuja uma das principais religiões, o hinduísmo, contempla um panteão de cerca de 330 milhões de deuses, todos expressões de uma mesma força criadora, que pode ser vista como a similitude essencial de todos os seres.

Muitas fés, que são muitas maneiras de reverenciar a criação, a vida e a convivência. Princípio que, secularizado, significa tão somente cidadania, sem perder a magia do encontro (não por acaso, subtítulo do mais recente trabalho de Bertazzo em parceria com o SESC-SP – *Samwaad – Rua do Encontro*).

Esse projeto solidifica a contribuição do SESC em processos com esse ponto de vista propositivo, harmonizando-se com o seu compromisso de uma programação cultural e esportiva e de uma arquitetura que transforma centros culturais em espaços estéticos, mas, sobretudo, em espaços que propiciam e favorecem a convivência, a autonomia e as formas de percepção da multiplicidade da vida humana.

Algo que se casa perfeitamente com o objetivo do SESC ao estender sua implantação na Região Leste, dentro de uma proposta de fixação qualificada, por meio de uma ação cultural abrangente, continuada, que expressa sua capacidade de cooperação e aglutinação com os agentes locais, tais como escolas, associações e movimentos da comunidade.

A parceria entre o SESC São Paulo, a Escola de Reeducação do Movimento, a Petrobrás e a Votorantim, além de outras entidades, para o Dança Comunidade corresponde à continuidade das propostas de uma instituição que entende a experiência cultural como forma legítima de promoção da democracia pela transformação social.

Danilo Santos de Miranda é Diretor do Departamento Regional do SESC São Paulo.

DANCER
capezio

O Alcance do Movimento

Inês Bogéa

São quase trinta anos, contados no tempo da dança. Entre avanços e recuos, investidas e desvios, fundamentam hoje uma técnica. Que não é só da dança, mas vai muito além, até tocar nas formas da vida – da vida cotidiana à imaginada, da vida comunitária àquela, sem nome, que se constrói, passo a passo, como cada um for capaz de inventar. E que formas, então, tem a dança de Ivaldo Bertazzo?

Num primeiro momento, a da responsabilidade, face à diversidade corporal. Cabe à dança investigar e organizar grupos de pessoas, em sua própria e mais singular natureza. E a dança corta o mundo, em busca de informações de base para uma prática rigorosa. As fusões que fez e faz reúnem uma pluralidade de modelos, que experimentam variadamente a linguagem do corpo. Tendo à mão um painel de possibilidades, a síntese de Ivaldo visa a nada menos que uma reeducação geral do movimento. E essa, por sua vez, quer recuperar a expressividade do gesto.

Um livro assim serve só de entrada para o estudo de uma organização de trabalho que se vem sedimentando, pouco a pouco, ao longo dos anos. Aqui se poderá encontrar, por exemplo, a anatomia do gesto de Bertazzo – o princípio interno de sua linguagem de educador do corpo. Para compreendê-lo melhor, será preciso ainda agregar outras disciplinas, já que elas se cruzam nos corpos, como se cruzam na vida, a despeito do que as divisões pedagógicas do trabalho intelectual fazem parecer.

No corpo se operam sempre nossas transformações. Ele é nosso primeiro instrumento – a consciência de seu volume, de sua mobilidade, de sua flexibilidade e dinâmica, ajuda o homem a se adaptar à diversidade de situações com que se depara. O corpo também é nosso primeiro limite, e nos ensina o senso primário de organização e desorganização. Em toda a rica diversidade dos tipos humanos, há padrões comuns de movimento que atravessam particularidades culturais e sociais. O desafio de Ivaldo Bertazzo, então, é ensinar modos de capacitar a expressão humana, pela reeducação da motricidade. Para tanto, convém, antes de mais nada, reconhecer o processo de aprendizado do gesto e onde ele se dá: nos movimentos da consciência, reforçando o que Bertazzo chama de "mecânica original humana" e se fazendo linguagem.

Articulação e Desenho do Corpo

O homem nasce em determinado meio. Pouco a pouco, vai testando suas possibilidades, observando o entorno e adquirindo maior domínio do corpo. Posteriormente, adquire também o domínio da fala, quando passa a integrar sua comunidade. Isso só será possível pelas aquisições corporais fundamentais, base de todas as outras. Ou seja, para adquirirmos a capacidade da fala e de relacionamento com o mundo, precisamos desenvolver e exercitar destrezas corporais e visuais que possibilitam a comunicação pela palavra. Entendido em sua amplitude, o corpo é um espaço onde se assenta a cultura, promovendo a individualidade e a comunicação.

Aprender a dançar e aprender a falar, para Bertazzo, são atividades que têm um grau não só de analogia, mas também de inter-relação. O aprendizado da língua está ligado ao desenvolvimento corporal, assim como as linguagens artísticas estão relacionadas às vivências corporais. Há experiências vividas que dificilmente podem ser expressas por palavras, mas que podem, sim, ser alcançadas por processos complexos em que corpo, forma plástica e linguagem verbal se somam, até se consolidar numa nova unidade.

A mecanização característica dos gestos na rotina moderna do trabalho modificou nossa relação com o corpo. De modo geral, o homem não tem hoje tanta necessidade de caminhar, correr, ultrapassar obstáculos etc. Seus movimentos são reduzidos. No dia-a-dia, nossos gestos ficam cada vez mais cerceados e nossa mobilidade é inexpressiva. O resgate da atenção para o movimento humano requer um aprendizado de padrões perdidos.

Simplesmente prestando atenção aos movimentos mais corriqueiros, já se pode começar a redistribuir tensões. Modificando hábitos e reeducando os gestos cotidianos, pode-se conquistar o prazer de ser dono do próprio corpo. Todo gesto deve acordar alguma sensação prazerosa, livre do automatismo de movimentos sem direção ou presença. Ao se concentrar na percepção do gesto, encontram-se nuances de sensações, de flutuações e vazios que podem nos instruir não somente sobre a experiência mais íntima de cada um de nós, mas também sobre o funcionamento geral de funções mentais e motoras.

COMEÇOS DO CAMINHO

Desde os anos 70, Ivaldo Bertazzo (nascido em 1949) vem desenvolvendo trabalhos com "cidadãos-dançantes", sendo hoje um dos mais renomados coreógrafos, professores de dança e de reeducação postural em nosso país. Seus espetáculos são um estímulo à reflexão sobre nós mesmos: ou seja, sobre as diversas culturas que se contrapõem na sociedade brasileira. Por meio da dança, Bertazzo resgata sensações e um novo conhecimento do corpo em todos nós. Sempre afirmando uma libertação dos padrões "academicistas", em vários domínios: vocabulário, sintaxe, temas, música, dança - no limite, a própria maneira de ver o mundo, entranhada na história de todos nós, que nos descrevemos como brasileiros. Seu trabalho expressa, sobretudo, o desejo de transmitir a emoção pessoal, no contexto da realidade do país.

Sua primeira coreografia, *Danças e Roda I*, é de 1976. "Danças": no plural, sinalizando a mistura de diversas linguagens. E "Roda": manifestação coletiva, com conteúdos simbólicos. Com 35 pessoas no palco do Teatro Ruth Escobar, em São Paulo, Bertazzo começava a propor algumas questões que perpassam toda a sua trajetória. Na dança de roda, giramos em torno de um eixo comum a todos, numa relação de integração (como um corpo se relaciona com o outro), e em torno de nosso próprio eixo (como o meu corpo se organiza em si). Quem está à minha frente, do outro lado da roda, pode se tornar meu espelho; quem está a meu lado pode ser o parceiro de uma relação. Criatividade e individualidade vão surgindo à medida que se internalizam os movimentos.

Desde o início, Bertazzo reuniu, em montagens teatrais, grupos de indivíduos dispostos a explorar as possibilidades de movimento do próprio corpo. Naquele momento, as várias artes abriam espaço para o trabalho de pessoas "comuns" (quer dizer, não-profissionais). O difícil, nesse contexto, era encontrar uma direção para que pudessem ampliar o domínio dos gestos, experimentando sensações corporais que lhes facultassem o conhecimento das matrizes do gesto humano.

Qualquer um pode dançar - desde que se envolva e se dedique a isso. Fez-se necessário, então, elaborar um método. Bertazzo foi solidificando um saber sobre o funcionamento do corpo humano, ao mesmo tempo que testava (em seus espetáculos) a compreensão da plasticidade e da diversidade de ações desse corpo. Foi naqueles anos que se descobriu coreógrafo.

Foi também nesse período que formulou para si o conceito do "cidadão corpo" – um corpo com particularidades reconhecidas e valorizadas. A extensão e diversidade dos elencos permitiam ainda uma visualização das "arquiteturas humanas", com todas as diferenças que modelam nossa identidade. Surge aí o termo "cidadão-dançante", para referir-se aos bailarinos não-profissionais, que por meio da dança renovam sua posição no convívio social e cultural.

Seguindo esse preceito, ele não trabalha com uma companhia fixa. A cada vez são recrutados cidadãos-dançantes, músicos, artistas plásticos, figurinistas, arquitetos, cantores, atores e bailarinos. Elencos sempre numerosos, envolvidos num encontro que se realiza como microcosmo da sociedade brasileira.

Seus propósitos visam, concretamente, ao ensino da organização motora: a estruturação, pelo indivíduo, das dimensões e dos planos que seu corpo ocupa no espaço. Não há preocupação em desenvolver músculos, nem em modelar o corpo para uma forma convencionada de beleza. Mas sim a preocupação de trabalhar a educação motora, no intuito de preservar o bom funcionamento do corpo humano, seja no seu limite individual, seja numa relação coletiva.

FUNDAMENTOS DO TRABALHO CORPORAL

Estudar o movimento implica observação, elaboração e internalização, até chegar à sua compreensão. Linhas de orientação espacial, vetores, torções, volumes, distribuição de tensões e fluxos; o fluxo do peso, da música e da dança – tudo leva ao entendimento do ritmo de extensão dos músculos. E tudo serve para chegar à maneira consciente de articular o fenômeno espaciotemporal.

A dança torna-se, assim, um instrumento de investigação. Modelos matemáticos, geométricos e rítmicos propõem questões que Ivaldo Bertazzo adapta à realidade do corpo humano. A descoberta, por exemplo, das relações matemáticas entre as propriedades do movimento – força e velocidade no espaço – vem de pesquisas sobre o corpo móvel e seu peso proporcional. Entendida desse modo, a dança leva a outra concentração interna do movimento; adaptada às particularidades de nossa estrutura mental e corporal, ela estimularia novas vias de comunicação. Essa dimensão do trabalho de Bertazzo não deve jamais ser esquecida, porque a dança, para ele, só faz sentido quando integrada a uma visão humanista.

Se a noção do espaço revela a filosofia, não menos que a forma do gesto, a dança aparece como busca de equilíbrio, necessário em qualquer movimento cotidiano. E isso vai do mais complexo ao mais trivial. Por exemplo: para ficar em pé, é preciso manter a justa tensão entre os músculos do corpo. A frase não tem ambição metafórica, mas pode ser lida assim. O equilíbrio natural do corpo é o resultado de inúmeros fatores (muitos dos quais só se tornam aparentes quando obstruídos, ou danificados, por acidentes, doenças etc.); vale dizer que, para a grande maioria de nós, o natural precisa ser reconquistado, à custa de esforço e atenção.

A Escola de Reeducação do Movimento foi criada por Bertazzo em 1975. Ali se rascunha e se desenha o que depois se pode ver no palco. O objetivo principal da Escola é atingir a "identidade e autonomia do movimento", proporcionando ao aluno a "presentificação" de seu aparelho corporal. Isto é, a ampliação da consciência, da autonomia e da estrutura próprias do movimento. Cada pessoa deve estar presente em seu corpo e ter seu corpo presente para si.

O fio condutor dos ensinamentos de Bertazzo diz respeito a essa percepção do que vivenciamos corporalmente a cada dia. O trabalho centra-se nas matrizes do gesto humano. São padrões reconstruídos pela repetição, reafirmando seu desenho no sistema nervoso central. O método de Bertazzo assenta-se sempre sobre experiências vividas. Para ele, os gestos ganham significado quando o corpo se reposiciona na vida.

A consciência perceptiva do corpo vem das sensações que se organizam – pelo encadeamento da passagem de tensões, músculo a músculo, promovendo a sensação de unidade. Pelo movimento, percebo a estrutura do corpo no espaço; com base nessa reestruturação, chego à mobilidade desejada. A construção de uma imagem clara do gesto e do caminho do movimento auxilia no entendimento da estrutura corporal, do volume e do espaço do corpo. Pelo movimento, chega-se a uma estrutura; e a estrutura nos dá liberdade de deslocamento. A postura corporal surge naturalmente, como resultado de uma sucessão de movimentos que se encadeiam e desencadeiam, e do equilíbrio das tensões corporais.

No início do trabalho, os movimentos não implicam deslocamento de massas no espaço, mas sim alavancas e unidades corporais (para dar mais amplitude a cada gesto, reajustando as articulações), nos próprios limites do volume do corpo. À medida que se vai repetindo atentamente cada gesto, surgem sensações que podem ou devem levar à construção de uma identidade. Parece muito, mas a prática confirma: a reeducação do movimento fornece uma base motora que, no limite, envolve noções de identidade e de individualidade.

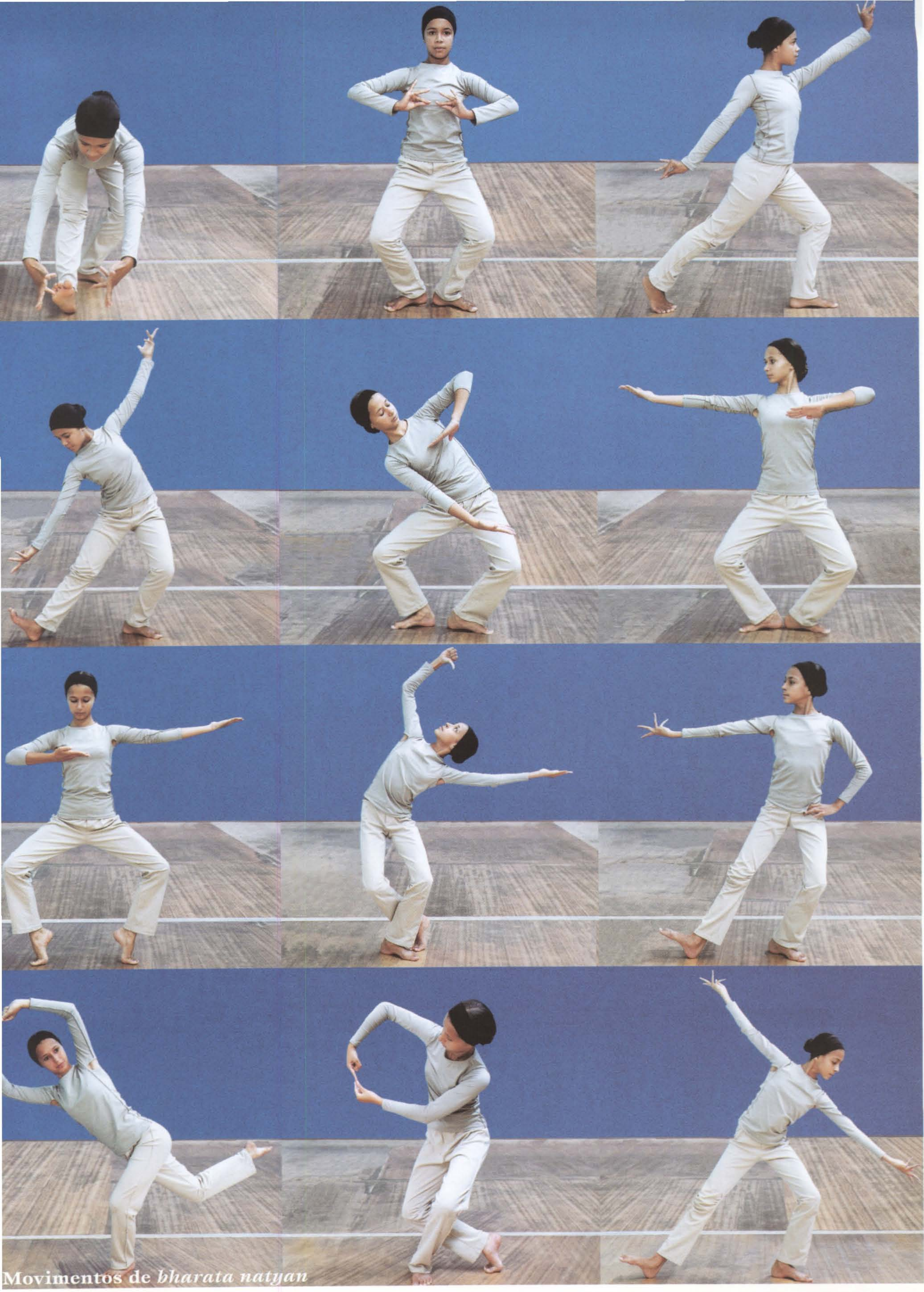
Uma dificuldade psicomotora não será diferente, afinal, de impedimentos para se construir um raciocínio. Sinapses são sinapses. Entende-se assim por que, quando se alcança uma estrutura equilibrada do corpo, conquistam-se também capacidades necessárias à boa comunicação verbal. Isso se confirma repetidamente nas experiências educativas com adolescentes, assim como na evolução dos bebês.

TRÊS LINHAS

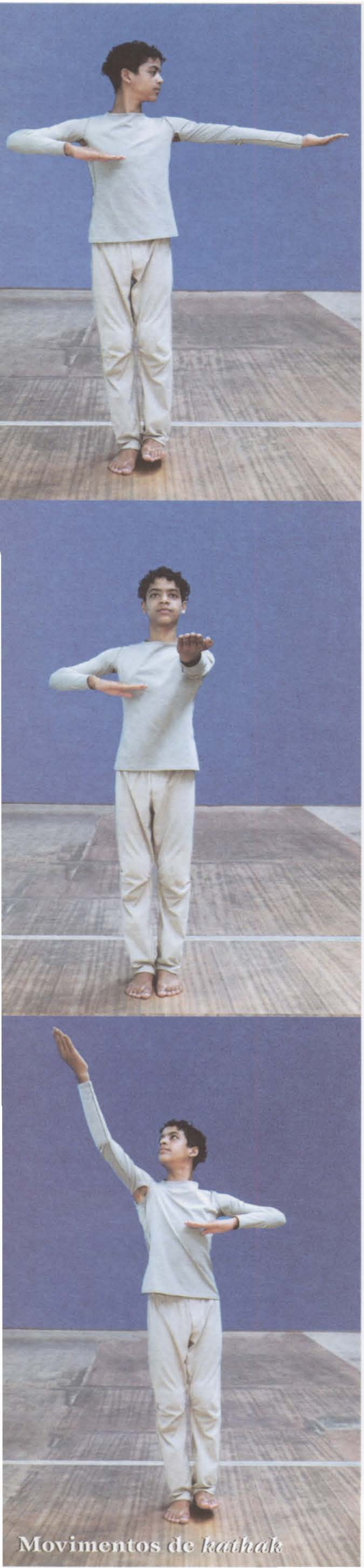
"A cultura é uma fusão de mundos." Esta frase do filósofo francês Pierre Lévy faz eco aos pensamentos de Bertazzo, e poderia servir de mote para sua biografia. Paulistano da Mooca, Bertazzo começou a dançar aos 16 anos. Teve aulas com Tatiana Leskova, Paula Martins, Renée Gumiel, Ruth Rachou, Klauss Vianna, Angel Vianna e Marika Gidali. Esteve um tempo no Taiti, Indonésia e Índia. Aprendeu depois a dança dos Bálcãs, da Turquia, da Grécia, da Espanha. Percebeu nas danças da Índia a relação sofisticadíssima entre ritmo, organização e desenho do gesto no espaço, fatores primordiais para seu próprio trabalho.

Ao mesmo tempo em que descobria essas outras culturas da dança, Bertazzo foi se aproximando da fisioterapia, num primeiro momento, para entender problemas que apareciam na sala de aula, ou mesmo para saber como lidar com diferentes traumas que ocorriam durante o percurso. Aos poucos, foi enveredando por outros universos: o estudo do funcionamento do aparelho locomotor e da biomecânica humana, desenvolvido pelas pesquisadoras Marie Madeleine Béziers e Suzanne Piret, na França, e Godelieve Denys Struyf, na Bélgica, duas escolas com as quais mantém parcerias hoje.

Estão em jogo, na técnica de Reeducação do Movimento, de Bertazzo, conceitos e exercícios de correntes mundiais de técnica fisioterápica, e exemplos das danças de várias culturas, que ele reúne em busca de uma adaptação dos movimentos para o homem urbano. Vale a pena comentar, então, brevemente que seja, as três grandes linhas de trabalho que interagem diretamente na sua técnica.



Movimentos de *bharata natyan*



Movimentos de *kathak*

Dança Indiana

Desde 1974, Bertazzo mantém intercâmbios com a cultura da dança indiana. Sua primeira experiência foi com o estilo *bharata natyan*. Até chegar às conexões que hoje se vê em seu trabalho, o conhecimento foi se sedimentando e se transformando aos poucos. Das escolas indianas vêm aplicações relacionadas com a estrutura do eixo, com a direção do corpo no espaço e com os elementos de comunicação que cada pedaço do corpo pode transmitir. A dança amplifica minúsculos e contínuos deslocamentos de peso; podem-se observar as tensões que agem em alternância nos movimentos.

Os vários estilos de dança indiana são muito diferentes uns dos outros e correspondem a diversas regiões do país. Aqueles que mais influenciaram Bertazzo são o *bharata natyan*, o *kathak* e o *odissi*. É o aprendizado de uma geometria corporal - não uma ideologia, mas uma linguagem - o que interessa a Bertazzo. Ou seja, não se trata de estudar a cultura indiana em si, mas sim uma escola de psicomotricidade, que trabalha noções de lateralidade, profundidade e verticalidade, e principalmente a força nos abdominais.

A bacia é o centro do corpo. Tudo gravita em torno desse centro, os braços e as pernas se destacam como prolongamentos. No *bharata natyan*, e no *odissi* vê-se o uso freqüente da flexão dos joelhos, com os pés voltados para fora, o que cria uma forte noção do centro do corpo - da parte superior do umbigo até a articulação coxo-femural. Aumenta-se a base de sustentação, para fortalecer os pés. O que se busca é a estabilidade: o corpo em luta constante contra a gravidade, em permanente oposição.

Em linhas bem gerais, pode-se dizer que o *odissi* apóia-se sobre duas geometrias básicas: a primeira é o *chowka*, posição de equilíbrio, que representa a divindade masculina - as mãos e pernas formam um quadrado, com joelhos e cotovelos abertos ao lado do corpo e o peso igualmente distribuído de ambos os lados–; na segunda, *tribangha*, o corpo é delineado segundo curvas, personalizando a energia feminina – tripla flexão de joelho, tronco e pescoço; não só o eixo é deslocado, mas desenham-se diversos triângulos corporais entre braços, pulsos, quadris e pernas.

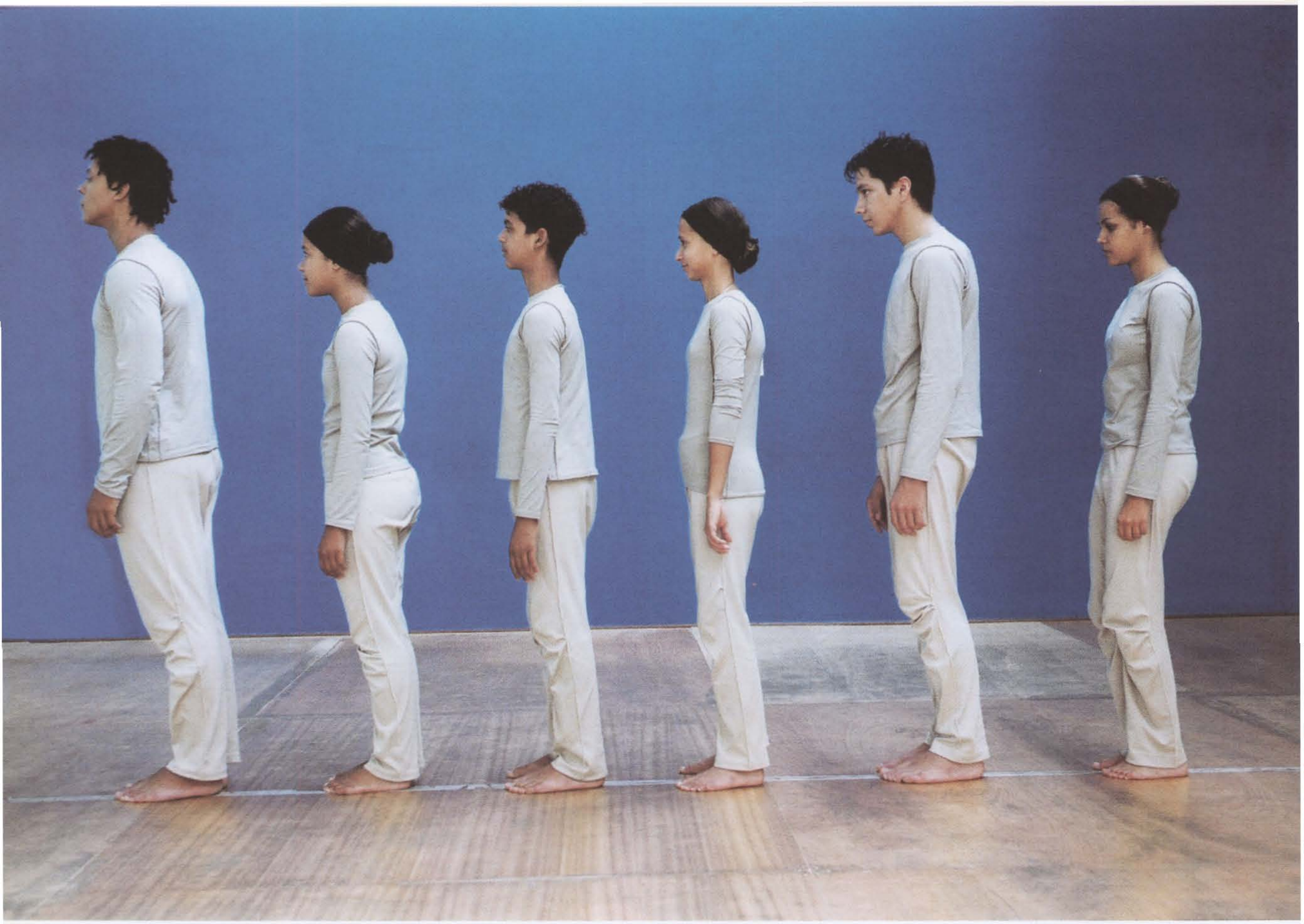
No *bharata natyan*, o uso do peso corporal, dos músculos dos pés e a precisão dos gestos das mãos e dos olhos ganham acentos delicados e marcantes. Já no *kathak* o eixo é outro: as pernas estão juntas, paralelas e esticadas. Nessa dança há grande complexidade de estruturas rítmicas, executadas com precisão, velocidade e uso expressivo de giros (uma combinação de espírito livre e conexão com a terra).

De maneira geral, na dança indiana, os pés estão bem posicionados no chão - de modo muito distinto do que acontece no balé clássico, que exige a construção de outro eixo, pelo uso da meia-ponta ou da ponta. Na prática, a linguagem das mãos soma-se à percussão dos pés, revelando o máximo da capacidade interativa do corpo e da mente.

Começa-se aprendendo o ritmo; então se estudam as divisões, subdivisões e multiplicidades de construção rítmica, para trabalhar o passo. Antes de executar um gesto, canta-se o ritmo (com sílabas fonéticas: ta, tei, tam, de, tei, ta etc.); à medida que se iniciam os passos, eles vão-se associando ao canto. A vocalização do tempo estimula também a idéia de densidade dos gestos e de seu percurso no espaço, uma vez que as sonoridades definem o tempo de duração do movimento. Cada pequena seqüência é trabalhada em diferentes velocidades, planos e direções.

Não se pode esquecer do trabalho da musculatura facial, que busca a expressividade das emoções. Bertazzo utiliza alguns princípios para trabalhar essa musculatura, sem se deter nas minúcias de construção plástica e simbólica das emoções, características da dança indiana.

Vale sempre lembrar que seu trabalho de psicomotricidade auxilia a estruturação do corpo em qualquer circunstância. Não visa necessariamente à dança, mas sim ao ensino estruturado do movimento e a expressividade dos gestos, importantes para todos nós.



Cadeias Musculares e Articulares

O conceito de "cadeias musculares" foi desenvolvido pela biomecanicista, fisioterapeuta e osteopata Godelieve Denys Struyf, nos anos 1960-70. Segundo ela, o corpo funciona por meio de grandes circuitos musculares, traduzidos por cadeias. Cada circuito é um caminho específico de tensão.

Na leitura "tipológica" dos corpos humanos, pode-se perceber as tendências e heranças de cada raça. O corpo é, ao mesmo tempo, a linguagem e seu tradutor: nele ficam inscritas as marcas da vida, diferentes a cada momento.[1]

Em 1982, Bertazzo esteve na Bélgica, onde entrou em contato com a técnica e com as diferenças de tipologia. A noção de cadeias musculares ensina a ler o corpo em sua estática, ou seja, na forma em que cada tipo humano se organiza em pé – algumas pessoas mais para a frente, outras para trás, outras mais na vertical (*ver foto acima*). Mesmo levando em conta as liberdades tipológicas de cada indivíduo, as diferenças estão relacionadas às determinações genéticas e ao meio ambiente, assim como a atitudes psicocomportamentais, educação, influências socioculturais, atitudes de trabalho, traumas de percurso etc. Todos esses fatores interferem na construção e no funcionamento de nosso corpo.

---

[1] Existem muitas escolas de cadeias, cada qual com sua visão anatômica. No volume *Cadeias Musculares e Articulares — Método G.D.S.* (São Paulo, Summus, 1995) está resumido o ensinamento de Godelieve Denys-Struyf.

Os estudos com Denys Struyf levaram Bertazzo ao entendimento de uma estrutura original, como pedras de base do edifício humano. Dessa base, expressam-se as diferentes personalidades. Reconhecer a diversidade dos biótipos, dentro de um quadro mais amplo, será fundamental para quem lida com educação, a fim de que se escolham as estratégias necessárias ao trabalho.

O que está em jogo é um método de leitura da postura, capaz de fornecer elementos para o diálogo entre terapeuta e paciente. É também um guia de conscientização e utilização psicocorporal, que leva ao melhor uso do aparelho locomotor. No entendimento das tipologias podem-se entender melhor as facilidades e dificuldades de cada um (os mais elásticos farão menos alongamento, por exemplo). A abordagem das cadeias musculares procura justamente individualizar a escolha de técnicas de tratamento, apropriadas à especificidade de cada paciente.[2]

Coordenação Motora

Para Suzanne Piret e Marie-Madeleine Béziers, todo movimento possui uma estrutura. A coordenação motora "ideal" será alcançada na prática reeducativa, por uma reflexão sobre a psicomotricidade do homem.[3] Anatomia e fisiologia do movimento se unem: um distanciamento entre a estrutura do corpo e o gesto que se faz é visto como principal motivo de nossas pequenas ou grandes deformidades, que impedem o conforto do corpo.

Os movimentos são decorrentes de motivação, possuindo dinâmica própria, ou identidade; essa mecânica encontra-se por trás dos gestos que formam a base dos movimentos humanos – o que as autoras denominam "movimento fundamental". Desse movimento fundamental (organizado por um tipo de estrutura osteomuscular) e das reações contra a gravidade (independentes da carga psíquica ou mental), passa-se ao "movimento vivenciado", o qual nos põe em relação uns com os outros e com os objetos do mundo.

O aparelho locomotor é um "órgão do sentido" – dele dependem a forma e o espaço que ocupamos. A construção do equilíbrio é assegurada por um jogo de tensões e forças transmitidas na estrutura corporal. E os fatores constitutivos do movimento – tensão, orientação, complexidade, equilíbrio, unidade – são orientados pela coordenação motora ideal, que permite a recuperação do movimento fundamental. Todo gesto é carregado de psiquismo, mas por meio da coordenação motora pode-se então reestruturar o indivíduo em função do movimento.

---

[2] É importante ressaltar que se pode trabalhar numa aula em grupo, sem causar problemas para cada pessoa, por meio do trabalho em torção, que associa todas as cadeias.

[3] PIRET, Susanne & BÉZIERS, Marie-Madeleine. *A Coordenação Motora – Aspecto Mecânico da Organização Psicomotora do Homem*. São Paulo, Summus, 1992.

O corpo funciona como um todo: cada unidade de coordenação tem um movimento "indissociável da unidade de coordenação vizinha". Quando o tórax se estrutura, a tensão começa a expandir-se para os membros; e esses, aos poucos, começam a trazer informação para o tórax, numa inter-relação constante das unidades com o centro. O braço inteiro constitui uma unidade, assim como a perna, ou o tronco. Depois do entendimento dessas unidades, estabelece-se a relação entre elas, em movimentos elípticos, que recolocam o corpo no espaço. São gestos estruturados nas torções que compõem nosso movimento. Muito elaborado nas aulas de reeducação de Bertazzo, essa compreensão se traduz em exercícios que dão sensações bem precisas a cada indivíduo. É uma ciência do gesto humano e suas qualidades.

Sempre que se faz um movimento, há um momento em que ele se estabiliza articularmente, quando a tensão passa de um circuito para outro. A cada situação do cotidiano em que o meu corpo ganha mobilidade, ele se adapta, se ajusta, e a tensão passa pelas articulações.

Na coordenação motora, a musculatura facial é da maior importância, pois regula a deglutição, a respiração, a audição, o olfato e a visão, e ajuda a trabalhar o plano sensorial. Pelo movimento ritmado dos pés, dos gestos das mãos e do rosto, a dança pode ampliar nossa capacidade de manifestação, de expressão de energia, de concentração e de sensação do corpo. Amplia, com isso, as possibilidades cognitivas também.

TRAJETÓRIA COREOGRÁFICA

O Cidadão em Cena (1976-92)

O intercâmbio de linguagens, a autoconscientização, a experimentação de possibilidades orgânicas e a integração do corpo no espaço já estavam presentes desde o início do trabalho de Bertazzo. De 1976 a 1992, ele criaria 24 espetáculos, em que dois planos – um da arte mais sofisticada, com bailarinos profissionais, aparato cênico etc.; outro, da "dança-cidadania", com não-profissionais e espírito de mutirão – se alternam e/ou se cruzam, para compor, aos poucos, uma linguagem própria e inconfundível. Se no início, a liberação estava no foco do movimento, como resposta à repressão da ditadura, nos anos 80, época da redemocratização, a organização coletiva se fazia mais urgente.

Muitas "danças corais" (termo usado por Rudolf Laban [1879–1958], na Europa dos anos 20) seriam encenadas por Bertazzo. Do ponto de vista da técnica de movimento, notava-se em todas elas a busca de um eixo de equilíbrio corporal, em que as tensões circulam e o corpo readquire seu volume próprio, e onde o gesto ganha significado pleno.

Vistos em retrospecto, os espetáculos parecem anunciar, em conjunto, o grande painel de preocupações que Bertazzo poria em cena variadamente até hoje, a cada momento com focos particulares.

Diálogo Entre as Artes (1996-99)

Foi a partir de 1996, com o espetáculo *Cidadão Corpo*, que ele passou a trabalhar questões da atualidade cultural e social brasileira, numa série de criações marcantes. A "identidade brasileira do movimento" torna-se um grande tema subjacente aos outros, revelando o quanto o corpo está ligado à questão da cidadania.[4]

No projeto *Cidadão Corpo*, os elementos fundamentais para o reconhecimento do próprio corpo, integrado aos elementos urbanos, eram revistos por meio da dança. Os dançarinos (48) compunham um caleidoscópio de tipos brasileiros (negro, índio, mulato, mediterrâneo, japonês etc.). Maracatu, balé, maculelê, dança indiana, capoeira; canções de Tom Jobim e Gilberto Gil; valsas, Carlos Gomes, Bach, Villa-Lobos – tudo se misturava para formar um corpo só, multiplicado por si.

Palco, Academia e Periferia (O Penhor Dessa Igualdade), de 1997, e *Ciranda dos Homens... Carnaval dos Animais*, do ano seguinte, davam continuidade a essas pesquisas, em busca não só de um novo entendimento do movimento, mas também de um novo código de civilidade. Um esforço característico: revelar os valores brasileiros, nas diferenças e misturas.

Nesse espírito, *Além da Linha d'Água* (também de 1999) surgiu de uma proposta do conselho da Comunidade Solidária, com intuito de resgatar expressões culturais do sertão. Em cena, havia grupos musicais de Pernambuco, Bahia e Sergipe, grupo de atores de Sergipe (Imbuaça), atores e bailarinos.

---

[4] BERTAZZO, Ivaldo. *Cidadão Corpo*. São Paulo, SESC, 1996; reed. Summus, 1998.

Os Meninos da Maré (2000-03)

Ao longo desses últimos anos, Bertazzo vem trabalhando ativamente com comunidades carentes. Engajado com as contingências do país, desenvolve um repertório menos marcado pela ideologia do que por uma preocupação *ética* de recuperação do movimento. A relação do corpo com seu entorno ganha outra qualidade.

Se cada espetáculo é produto de um projeto social, não é menos verdade que cada projeto só faz sentido se o espetáculo resultante for digno do nome. O espetáculo tem de ser propriamente isso, para que o projeto responda a suas mais legítimas ambições.

Levando essa idéia ao limite: se a dança é pensada por um viés do Brasil, o Brasil é pensado pelo viés da dança. Dançar, então, é uma forma de aprender – que aqui também quer dizer: de *mudar* o país.

Um exemplo marcante é o projeto envolvendo os meninos da Maré. Começando em março de 2000, cerca de 70 adolescentes, de 12 a 20 anos, que moram no Complexo da Maré, Rio de Janeiro, amparados pelo Centro de Estudos e Ações Solidárias da Maré (Ceasm), participam de um projeto de experimentação dos princípios da coordenação motora, segundo o método de Bertazzo. Este trabalho propiciou três espetáculos: *Mãe Gentil* (2000), *Folias Guanabaras* (2001) e *Dança das Marés* (2002).

Para além da preparação específica do espetáculo, o trabalho exige de quatro a seis horas de atividades diárias: cursos de reeducação do movimento e coordenação motora, complementados por aulas de canto, percussão, ritmo e dança. A cada ano, prepara-se um novo espetáculo, pois o que importa é justamente o processo de elaboração, com todos os desafios que aparecem.

Nesse contexto, assim como antes, a preocupação não é formar dançarinos profissionais, e sim preparar os indivíduos para um cotidiano digno. O caminho até lá é que passa pelo empenho de artista. Fazer um espetáculo, por exemplo, comporta exigências de uma obra coreográfica de nível profissional. E trabalhar nisso com adolescentes, em zonas de risco, exerce uma influência que chega a ser transformadora para cada um dos participantes, seja em termos pedagógicos, sociais e psicológicos.

Dança Comunidade (2004)

Em São Paulo, agora, 53 jovens estão reunidos pela dança de Ivaldo Bertazzo. A proposta, como sempre, é de conhecimento do corpo e de suas relações com o corpo maior da sociedade. A dança serve como instrumento de comunicação e organização dos elementos. Se nos anos anteriores Bertazzo voltou seu trabalho diretamente aos jovens, agora trabalha também com arte-educadores, visando à expansão dos seus ensinamentos.

Para tanto, o projeto envolve muitas atividades: 1) desenvolvimento expressivo: aulas de reeducação do movimento, percussão (teoria e prática), fisioterapia (teórica e prática), linguagem coreográfica e origami; 2) desenvolvimento da identidade: dinâmica de grupo com profissionais da área médica e social, e aulas de expressão verbal. Para que o projeto tenha sucesso, é crucial também que se forneça a infra-estrutura necessária, incluindo alimentação balanceada e transporte.

Foram 25 horas semanais, durante nove meses, desde junho de 2003 até a estréia em março de 2004. Os adolescentes vêm de várias comunidades de São Paulo: Associação Novo Olhar (Favela Pantanal), Ação Comunitária Tiradentes (Cidade Tiradentes), Projeto Samaritano São Francisco de Assis (Ermelino Matarazzo), Centro de Educação Popular da Comunidade N. Sra. Aparecida (Ermelino Matarazzo), Associação Sarambeque (Jardim Monte Azul), Arrastão Movimento de Promoção Humana (Campo Limpo) e Fundação Gol de Letra (Vila Albertina).

Como de hábito, a música do espetáculo tem enorme importância. Nesse caso, ela é marcada também pela fusão de diferentes linguagens: a música clássica indiana, dirigida (e cantada) por Madhup Mudgal, com o acompanhamento de 35 ritmistas das escolas de samba de São Paulo, sob o comando do diretor de bateria Rafael Y Castro, em contraponto ainda com Benjamim Taubkin ao piano, e João Taubkin, no contrabaixo. Essa mistura única de popular e erudito, do Brasil e da Índia, fazia jus com rara propriedade ao título da apresentação, *Samwaad* (Harmonia), que teve lugar em novembro de 2003 no SESC Belenzinho, quando foi gravada ao vivo a trilha do espetáculo.

O próprio espetáculo chama-se também *Samwaad*, com o complemento brasileiro: *Rua do Encontro*. O cenário, do carnavalesco Chico Spinosa, explora literalmente a indicação, centrado numa rua comprida, com escadarias. E os 53 participantes exploram esse espaço aos poucos, apresentando os diversos ritmos e movimentos que começam a se estruturar em seus corpos e vão se configurar numa verdadeira linguagem dos gestos.

Entre os resultados dos meses de trabalho duro salienta-se a coordenação sofisticada dos gestos – a começar pela grande "cobra" que atravessa o palco. O corpo coletivo simboliza o espírito que une, mantendo as individualidades. A dança reforça a integração do corpo com o espaço ao redor.

A roda – ecoando aquela primeira, dos idos de 1976 – também está presente, em vários círculos que se formam à volta de um único eixo, em múltiplas camadas. Nessa grande confluência, os corpos se cruzam em ondulações rítmicas. Ao longo da noite, os gestos são repetidos em diversas posições, deixando claro o trabalho de movimento que se busca. Mas uma coisa são aulas de reeducação do movimento e outra é um espetáculo. Quando se alcança o ponto de transformação do gesto, quando o que era exercício vira expressão, tudo ganha amplitude, e o sentido do trabalho passa a ser nosso também, como espectadores de tantas metamorfoses.

No contexto humanista da arte de Ivaldo Bertazzo, cabe então uma reflexão final. Se o corpo, como foi dito, é nosso primeiro limite, e por meio dele percebemos o mundo ao nosso redor; e se, a cada novo movimento a ser aprendido, serão novas frustrações e novos avanços, isto vale tanto para quem dança como para quem assiste. O primeiro desafio de cada um será sempre consigo mesmo. Neste sentido, é também um desafio mais amplo: interiorização, atenção, consciência não são só palavras abstratas. São potências que se expandem depois pelo mundo, com efeito multiplicador.

Inês Bogéa é crítica de dança da *Folha de S.Paulo,* coordenadora do Grupo de Estudos de Dança no Centro Universitário Maria Antônia (USP), e consultora do Instituto de Artes e Cultura Capixaba – Escola Fafi de Teatro e Dança. Bailarina do Grupo Corpo de 1989 a 2001, é professora de dança clássica pela Royal Academy of Dancing (1986) e formada em Reeducação do Movimento pela Escola Ivaldo Bertazzo (2003).

Principais publicações: *Oito ou Nove Ensaios Sobre o Grupo Corpo* (org. e apres., Cosac & Naify, 2001), *O Livro da Dança* (Companhia das Letrinhas, 2002), *Kazuo Ohno* (org. e apres., Cosac & Naify, 2003), *Renée Gumiel – 90 anos* (org. e apres., SESC, 2003) e *Contos do Balé* (Companhia das Letrinhas, no prelo).

Despertar

Ivaldo Bertazzo

É final de janeiro de 2004. Um grupo de quase 60 pessoas, a maioria formada por adolescentes, preocupa-se em acertar uma complicada coreografia, parte do espetáculo *Samwaad - Rua do Encontro*, que estréia em março do mesmo ano.

Nessa dança, eles devem imitar, em conjunto, os movimentos de uma gigantesca cobra. A música é uma fusão rítmica, com base indiana. A letra é retirada dos *Upanishad*, antigo conjunto de escrituras sagradas do hinduísmo, e fala de iluminação, de tomada de consciência[1]. A cobra tem uma grande importância na filosofia oriental, podendo significar a energia que jaz adormecida dentro de nós e que, se despertada, anima-nos a viver.

Nos rostos e nos gestos dos jovens, está estampada a vontade de acertar, a determinação de superar obstáculos, o propósito de entender o movimento e de compô-lo com o do resto do grupo. Eles empenham-se em expressar-se de maneira harmoniosa. Para esses adolescentes, vindos da periferia da cidade de São Paulo, o ensaio possui um significado muito mais intenso do que a mera repetição de uma coreografia destinada ao sucesso de um espetáculo. Para eles, trata-se de um processo de aprendizagem que reflete preocupações, anseios e descobertas que possivelmente os acompanharão por toda a existência.

---

[1] Em tradução livre, o texto segue assim: Conduza-nos do irreal para a realidade, /Conduza-nos da ignorância para o conhecimento, /Conduza-nos da morte para a imortalidade.

Vamos voltar um pouco no tempo, até o princípio das ações do projeto Dança Comunidade. Eu vinha de uma experiência de três anos com jovens do complexo da Maré, no Rio de Janeiro, em que foi possível consolidar um método de ensino do movimento, voltado para o adolescente. Em maio de 2003, em parceria com o SESC de São Paulo e com sete Organizações Não-Governamentais (ONGs) da periferia paulistana, demos início a este trabalho, que contou com o patrocínio da Petrobras e co-patrocínio do Instituto Votorantim. Os alunos foram trazidos por monitores e professores que, ligados a essas ONGs, também participaram do projeto. Foi feita uma seleção dos adolescentes, pois queríamos escolher aqueles que realmente demonstravam uma real vontade de participação, um desejo de conhecimento, um compromisso com as nossas propostas. A faixa etária dos jovens situava-se entre 11 e 18 anos. Os educadores que os acompanhavam chegaram a mim com questões e dúvidas bastante precisas, que fortaleciam a objetividade do método: como lidar com a agressividade do adolescente, como solucionar problemas causados por lesões (muitos machucam o joelho na prática da *street dance*, a dança de rua, por exemplo) musculares e articulares etc.

Desde o começo, nossa principal tarefa consistiu em mostrar a importância da *organização motora* para o desenvolvimento intelectual e afetivo do adolescente. Em nossa sociedade, o corpo é observado de um modo estático. Gostaria de explicar melhor isso. Quando afirmo que o corpo é comumente entendido na sua expressão estática, significa que ele é encarado já como resultado de um jeito de funcionar. Ele é visto na forma que se apresenta aos nossos olhos, e não em sua função dinâmica, no *ato* de caminhar, de sentar, de apanhar um objeto, que são os modos como cada pessoa se expressa corporalmente.

As abordagens corporais partem costumeiramente das indicações de um corpo já modelado pelo psiquismo. Nossa proposta é bem diferente. Queremos buscar o gesto essencial, o gesto fundamental, que se constitui (ou deveria constituir-se) em sua origem motora, independentemente de qualquer carga psíquica ou mental. Em vez de estudar como a personalidade molda o movimento, queremos investigar como o "movimento" pode construir a identidade do adolescente; como o jovem, por meio do gesto e apoiando-se no gesto, é capaz de expressar-se, desenvolver-se e estabelecer-se na sociedade.

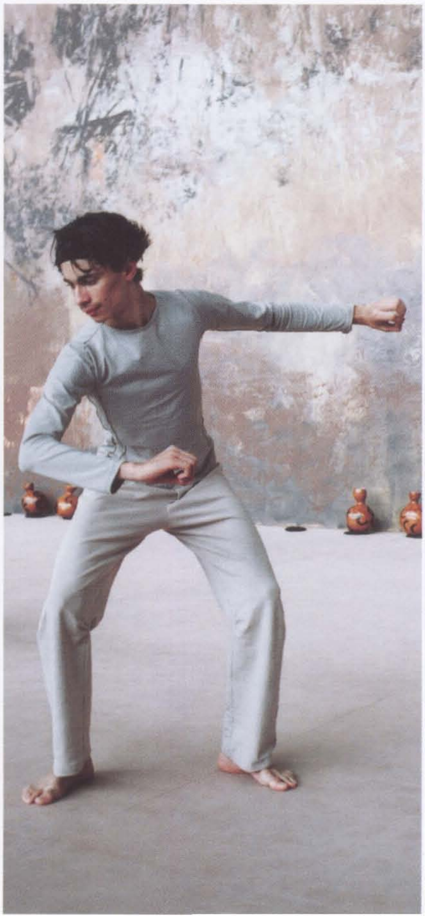
Ao vivenciar essas propostas, rapazes e moças acabam se apropriando de variadas formas de linguagem (corporal, oral, musical etc.), as quais se tornam instrumentos que os ajudam a personalizar-se face ao vasto mar de anseios e desejos indistintos que existe à sua volta. Eles passam a dispor de um maior discernimento para navegar em meio aos apelos sedutores da coletividade e do mercado, ficando menos sujeitos às manipulações praticadas por grupos que querem impor padrões monolíticos de pensamento ou de valores éticos e estéticos. Deixam, portanto, de ser simplesmente "levados pela onda".

É importante desenvolver o imaginário do adolescente. Sabemos que seu universo criativo, independentemente de sua origem em um meio mais privilegiado ou não, é hoje em dia bastante pobre. Basta citar a baixa qualidade das atrações de televisão a que ele está exposto diariamente. O adolescente que não desenvolve a imaginação, que não exercita seu lado criativo, torna-se um adulto de limitada capacidade de atuação. Mas esse quadro pode ser rapidamente transformado, e as medidas tomadas para estimular sua criatividade acabam atuando com particular eficiência na eliminação ou no abrandamento da influência dos clichês, tabus e estigmas conservadores que a coletividade impõe a mentes menos independentes.

A modificação do imaginário deve ocorrer na forma de uma experiência coletiva, numa relação de troca com o grupo, numa sala de aula, por exemplo. O aluno se desenvolve observando o outro, testemunhando a ação do colega. Por meio de estímulos trazidos pelo professor e pelos companheiros, as trocas começam a ocorrer, desencadeando uma rede de mútuas influências benéficas. A imaginação, materializada em modos diversos de expressão, passa a não mais se contentar com o programa de TV desprovido de idéias, com o texto mal elaborado, com a música fácil.

Ao mergulhar no processo que lhe propomos, o jovem começa a perceber que o mundo ao seu redor apresenta modulações muito mais ricas do que aquelas que costumava ver. É possível ensiná-lo a escutar outros sons, a ouvir e construir outras sonoridades, a falar outras linguagens, tanto corporalmente quanto verbalmente, expressando-se de formas variadas. Cabe lembrar que esses jovens estão em processo de formação. Cada um possui potencialidades distintas, e poderá descobrir um caminho a ser trilhado.

Um deles desejará tornar-se engenheiro, o outro músico, o seguinte jornalista. É nesse período de formação e de indecisão que precisamos, partindo de uma base de experimentação motora, sensorial, revelar ao jovem a existência dos vários horizontes que existem à sua disposição, das diferentes formas de linguagem, as quais o estimulam a encontrar sua forma particular de compreender o universo que o cerca e relacionar-se com ele. Procura-se dar a cada um a oportunidade de individualizar-se e descobrir sua real vocação.



Mais uma vez recomendamos que essas ações sejam realizadas em grupo, pois acreditamos que o autoconhecimento não deve ser conquistado no isolamento, mas na relação com o mundo e com os nossos semelhantes.

Dentro desse contexto, é preciso entender o espetáculo a partir dos ensaios mencionados no início desta introdução. O espetáculo é, de certa forma, um "rito de passagem", que visa acentuar e cristalizar as linguagens que o jovem foi aprendendo no decorrer do *processo*, o qual representa o foco principal de nossas atenções. Nesse percurso de quase um ano, os jovens passaram por diferentes etapas de conquista, durante as quais foi necessário estar sempre ao lado deles, incentivando-os a seguir em frente, a não desistirem. Muitas vezes o envolvimento no processo os fazia até mesmo perder de vista que haveria um espetáculo, bem lá adiante. O importante, contudo, é que o progressivo conquistar das etapas consolidou sua auto-estima. Digamos que um jovem tenha conseguido dominar uma estrutura rítmica, tenha sido bem-sucedido em reproduzir um movimento, tenha apresentado um discurso oral com significado, que tenha aprendido a ler uma partitura: todas essas vitórias contribuem para a construção de sua auto-estima. São parte de sua auto-estima.

Estimulá-la não é maquiá-lo, vesti-lo, colocar luzes sobre ele, agraciá-lo com o aplauso do público. Embora tudo isso seja prazeroso, a motivação deve ser interna. O jovem não só tem de passar pela tensão do aprendizado, como ainda precisa encontrar prazer nesse processo muitas vezes difícil. A frustração está o tempo todo ao seu lado. Ela é, com efeito, uma etapa fundamental do trabalho, e é preciso aprender a lidar com ela. É necessário que ele tenha todo o apoio e segurança ao lidar com suas deficiências e no esforço de superá-las.

Nesse sentido, o espetáculo representará a prova final dessa conquista. Tudo o que aprendeu e conquistou, durante o processo, voltará literalmente à cena, numa nova dinâmica, na qual entrarão em jogo a iluminação, a trilha sonora, o figurino e o cenário. A luz que o atinge o fará rever a maneira como deve mostrar os diferentes planos do movimento. A roupa que vai usar na apresentação acentuará o desenho de seu gesto. O espaço cênico terá características bem definidas, que se diferenciam do seu cotidiano formal. Precisamos também ensiná-lo a tirar proveito dessas novas estratégias de linguagem para que se estabeleça a "comunicação" com o público. Todos os elementos cênicos, somados à elaboração final de suas sensações, irão provocar na platéia a *emoção estética*. Poderíamos dizer que o espetáculo é um exercício estratégico do equilíbrio entre ação e emoção.

A natureza de nosso trabalho, que culmina num espetáculo cênico, pode sugerir que buscamos capacitar o jovem para atuar na área das artes cênicas. Ainda que a moça ou o rapaz possam escolher esse campo, que afinal também representa um mercado de trabalho, nosso desejo maior não está em que se tornem músicos, atores ou dançarinos. Na experiência que tive com o grupo da Maré, por exemplo, percebi que alguns seguiram o caminho das artes cênicas, enquanto outros decidiram fazer biologia ou computação. A área de atuação futura realmente não importa. O aprendizado a que o submetemos mostra-lhes principalmente o caminho – árduo, motivador, instigante e, por fim, prazeroso, – onde passam a entender como deve ocorrer um processo de profissionalização, de capacitação para qualquer trabalho.

Esse processo envolve um grau de repetição e de concentração, o qual, no início, não é fácil de atingir. Aos poucos, porém, o jovem vai encontrando prazer no *saber fazer*, o que requer uma atitude psicomotora adequada, um gesto apropriado. É no curso de aquisição de domínio de uma técnica, é em meio a essa sensação de descoberta, de aprender a "pôr o ovo em pé", que cada um desses adolescentes começa a diferenciar-se, passando a entender como se *deve* atuar e qual é sua forma *pessoal* de atuação.

Nossa sociedade altamente especializada, baseada na alta tecnologia e na grande velocidade, imprime um ritmo muito acelerado à nossa vida, despejando muito mais informações do que somos capazes de absorver. Nesse contexto, não admira que o jovem de hoje mostre-se inconstante, dispersivo, saltando rapidamente de uma idéia a outra. Atolado de informações, forçosamente se defende contra novos conhecimentos. Por isso mesmo nosso trabalho consiste em ensiná-lo a envolver-se durante mais tempo com uma idéia. A chave consiste em colocá-lo num constante exercício de percepção do espaço e do tempo.

Visitei recentemente um grupo de artesãos, na Índia. Perguntei a um deles o preço de uma ilustração. Ao me responder, ele salientou que a dele era mais barata que a de seu pai, aparentemente idêntica. O encarecimento da pintura do pai se devia ao fato de que este, por ser naturalmente mais velho, passara mais tempo dedicado à sua arte. O tempo de dedicação é um fator valorativo naquela cultura. Observei de novo o quadro do pai e pude de fato constatar as nuances de beleza que o tempo empregado na aquisição da técnica lhe conferira.

O jovem de hoje, quando observa um pote de cerâmica ou uma ilustração, vê apenas o produto pronto. Deixa de pensar não só no tempo gasto na manufatura do objeto, como também no processo incansável de repetição envolvido na produção de dezenas de objetos anteriores a esse, um processo que está relacionado com a conquista da excelência. Por isso insisto no envolvimento do jovem, sua dedicação e sua concentração num trabalho que demanda um tempo mais longo, menos sujeito à fugacidade do mundo moderno. Essa atitude é crucial em nosso método, já que é decisiva para o futuro desses rapazes e moças à procura de uma vocação e em necessidade de uma capacitação.

Este livro trata da trajetória do projeto Dança Comunidade e das indicações, características e regras do método de reeducação do movimento conforme o entendo. Meu objetivo – reforçado pelos profissionais envolvidos no método e que colaboram neste livro – é mostrar aos educadores das mais diversas áreas, de todo o Brasil, como a organização do movimento no espaço, complementada e acentuada por atividades no plano verbal e musical, pode auxiliar no desenvolvimento intelectual, afetivo e artístico dos adolescentes.

O entendimento da coordenação motora nos leva a perceber que atividades tão corriqueiras como o caminhar têm um significado maior do que lhe atribuímos. Com o avanço tecnológico da sociedade, fomos aos poucos nos distanciando de certas verdades básicas. O exercício da locomoção, por exemplo, permitiu que desenvolvêssemos essa capacidade de "ir ao encontro do conhecimento", como veremos adiante. Na locomoção, os músculos estimulam sensações de orientação como a alternância de um lado para o outro, subir, descer, agachar etc., que fornecem constantes estímulos ao cérebro. Todos os sentidos do ser humano estão voltados para a frente. Nossos ouvidos, boca, nariz, olhos, estão dispostos na parte dianteira do corpo. Braços e pernas também estão orientados para tudo o que se encontra à frente do corpo. A sensação cutânea é mais forte nas palmas das mãos e nas solas dos pés do que em outras áreas do corpo. Nossos músculos flexores – aqueles que, situados principalmente à frente do corpo, permitem a ação de dobrar as articulações – contribuem para nossa atitude de concentração e de análise. Essas disposições ajudam o homem a introjetar o conhecimento externo. Estimulando esses pontos de apoio, contato e relação, o educador indiscutivelmente anima o aluno a ampliar a capacidade do cérebro, que abre compartimentos para armazenar novos dados da experiência e realizar novas conexões.

Minha primeira sugestão para os educadores é que observem os jovens. Reparem no modo como eles se movimentam, na maneira de como seu corpo ocupa o espaço. Há os que são barulhentos, enquanto outros são silenciosos; há os que são estabanados, enquanto outros são organizados. O mestre deve acompanhar o desenvolvimento do adolescente com o olhar de quem contempla e oferece apoio, ajudando-o a perceber e coordenar seus gestos, ensinando economia de gestos aos estabanados e amplitude aos introvertidos. A ordenação de suas sensações no exercício físico vai ajudá-lo a organizar-se mentalmente para a emissão da palavra.

Quais são os ingredientes que favorecem a construção da identidade? Sem dúvida nenhuma, fatores genéticos, herança da personalidade dos pais e, a partir daí, todas as vivências do indivíduo registradas por seu campo sensorial.

Logo de início, o educador deve ficar atento a sinais de desorganização motora, como a forma incorreta de sentar, de escrever, de mastigar e respirar. Caso as articulações dos ombros da criança estejam mal-encaixadas sobre o tórax e suas mãos não estabeleçam uma relação adequada com o gesto, ela poderá compreender a aula, mas sentirá dificuldade em escrever. Relembremos que no aprendizado da escrita os movimentos da mão sobre o papel ocorreram, na origem, a partir de sensações musculares internas. Digamos que o aluno não consiga desenhar um círculo como lhe foi solicitado, traçando, ao contrário, uma forma elíptica ou um paralelepípedo desconjuntado. Ou então não seja capaz de vibrar um som na altura que lhe foi pedida. Essa má execução de ações muito simples já revela uma falha na construção de suas sensações motoras, que vão dificultar a boa realização da fala, da escrita, da expressão pessoal. Mais do que isso, essa desarticulação motora pode acabar gerando, com o tempo, uma fissura no seu psiquismo.

É muito complicado deixar o jovem sentado muito tempo sem mobilizar sua tensão muscular. Várias coisas devem ser observadas: mãos e pés devem estar sempre à frente, com os tornozelos e punhos flexionados; a coluna vertebral nunca deve estar jogada para trás, e sim colocada sobre a sua bacia. Os encurtamentos e as retrações musculares no jovem prejudicam suas sensações motoras, afastando-o do prazer e da sensação de bem-estar, e dificultando o trabalho intelectual. Novamente saliento que uma pequena disfunção não percebida de imediato como deficiência motora pode vir a implicar uma frustração psíquica, bloqueando o potencial do jovem para a realização futura de suas idéias.

Mas qual é o verdadeiro potencial de cada aluno? Em princípio, não sabemos. O seu modo de movimentar-se, de emitir a voz, são indicações para conhecê-lo e ajudá-lo. É a partir de pequenos movimentos coordenados que poderemos realizar o trânsito entre o motor e o psíquico. Mesmo que ainda não saibamos nada sobre esse pequeno ser, é correto afirmar que existe nele um potencial, uma demanda interna pelo saber, um vácuo que precisa ser preenchido. Quando o estimulamos a aprofundar a experiência motora cria-se uma passagem entre suas motivações e o mundo.

Uma criança pode querer abrir um brinquedo para descobrir o que há dentro dele. Outra faz indagações sobre a existência de Deus. Uma terceira revela um profundo desinteresse por tudo o que não a alimenta no nível afetivo. Independentemente de qual seja o foco de interesse da criança, trabalhar seu potencial psicomotor ajudará a despertar sua percepção para outras formas de ver e se relacionar com o mundo. É impossível exigir do aluno cognição, raciocínio e concentração sem antes mobilizar seus desejos em situação de bem-estar físico. A ausência da experiência motora prejudica a concentração e o raciocínio. O corpo bem sentado gasta, portanto, menos energia, liberando o cérebro para outras atividades. O exercício da coordenação motora deveria, a meu ver, anteceder o pensamento abstrato.

Este livro pretende mostrar como as sensações motoras ajudam na construção da identidade, da apropriação do ego. Consideremos o componente de previsão que existe em todos os gestos. Há um cálculo inscrito nas operações mais singelas, como o ato de pegar uma caneta, um garfo ou uma chave de fenda. Para cada uma dessas ações, afinamos diferentes pequenos gestos, que decorrem de motivações diferenciadas. Mas nem sempre essas pequenas ações separadas se realizam numa organização adequada. Assim, ao pegar uma caneta descoordenadamente, o jovem acaba inscrevendo em sua motricidade algo que dificulta sua relação com o espaço. O posicionamento do tronco, da cabeça e a direção do olhar ao caminhar favorecem a organização das idéias.

Até aqui estivemos falando de movimento entendido não como grandes deslocamentos no espaço, mas como modificações de tônus muscular, ou seja, de contrações musculares leves e contínuas deslocando-se de um grupo muscular para outro, de um segmento do corpo para outro. Essa modificação constante do tônus imprime no corpo a sensação de estar sempre em "progressão". Mesmo quando parados, envolvidos numa atividade de raciocínio, está ocorrendo essa modificação constante de tônus muscular.

Não existe corpo estático, mesmo quando o ser humano encontra-se imerso numa atividade de raciocínio.

Desde o nascimento, o sistema nervoso central envia impulsos ao corpo e este, por meio dos gestos, remete sensações ao cérebro. O cérebro não entende o corpo como um conjunto de músculos separados, mas o reconhece por intermédio de movimentos como o de um braço inteiro que se desloca no espaço em busca de um objeto, uma perna que dá um passo à frente, uma seqüência de contrações que se transfere de um lado do tronco para outro, ou do tronco para um dos braços. O ser humano não nasce pronto. O aparelho locomotor sobretudo precisa de uma vasta experimentação, para que venha a constituir-se numa autêntica "fábrica de gestos", que por sua vez influenciará o desenvolvimento do aparelho neurológico. A prática da coordenação motora nunca deve cessar, assim como não deveria cessar a evolução intelectual. É essencial no crescimento da criança e do jovem, e na manutenção da saúde do adulto. Quando falamos de movimento, não estamos nos referindo a uma atividade física como correr na esteira, dar voltas no quarteirão ou fazer musculação. Estamos falando de coordenação dos gestos de nossa vida diária. Antes de qualquer coisa, a experiência motora precisa ser traduzida "em imagem", em "auto-imagem", para chegarmos à identidade.

Na óptica do desenvolvimento neuropsicomotor, a adolescência representa a fase em que o jovem começa a separar-se do seio familiar, começa a destacar-se dele, ganhando autonomia, até mesmo nos seus deslocamentos pela cidade onde vive. Seu desejo de ir ao encontro do espaço externo aumenta e o número de estímulos também. A prática da interiorização torna-se desinteressante e não lhe sobra tempo para ela. Por essa razão é que, em nosso trabalho, escolhemos algumas atividades, sempre referidas ao gesto, para acompanhar os ensaios propriamente ditos (exercícios de emissão de voz, de manufatura artística etc.), para que esse rito de passagem fosse vivido de modo mais harmonioso. São medidas motoras simples que podem aumentar a concentração do jovem adolescente. Na sala de aula, entre uma matéria e outra, por exemplo, os alunos podem ser convidados a levantar-se, a sacudir os pés, a bater as mãos, a estimular os músculos da face, a friccionar o couro cabeludo.

Por que não estimular essas mesmas ações na criança, para deixá-la em estado de vigilância, de alerta motor? O professor deve fazer uso dessas ferramentas, sem receio de que a bagunça se instale. Pelo contrário. Sabendo controlar essa energia, modelando-a, podemos usá-la para melhor informar, educar. Poucas escolas praticam o ensino realmente integrado. Ter no currículo cursos de música, teatro e dança não basta. Quantas são as escolas que uniram o ensino de português ao do teatro, ajudando o aluno a aperfeiçoar sua desenvoltura oral? Quantas ensinam música, arte abstrata e "abstrativa" por excelência, em conjunto com a matemática, com a qual guarda imensa afinidade? Trata-se, no fundo, de estabelecer uma *disciplina*, sem o peso negativo que essa palavra carrega. Disciplina no sentido de atitudes motoras organizadoras que, se praticadas desde a pré-adolescência, minorariam as dificuldades que surgem na fase seguinte. A energia precisa transformar-se em expressão trabalhada e refinada.

Na sociedade dos homens, o mestre artesão talvez tenha sido um dos primeiros educadores completos. Seu magistério não foi o da transmissão oral de conceitos racionais, nem se limitou ao "audiovisual", mas se fundou na experimentação e na prática repetida de gestos. O mestre artesão ensinou também aos aprendizes e aos companheiros a entender os limites e as possibilidades do próprio corpo, a dominar o meio ambiente com o uso de ferramentas. Por força de gestos repetidos no uso de um instrumento, da sensação de criar e habitar um espaço construído pelas próprias mãos, da percepção de um corpo protegido por vestimentas, as imagens internamente vivenciadas penetraram na dimensão do raciocínio e na elaboração do prazer.

A experiência do próprio corpo, aliada às sensações de criação do objeto e de bem-estar ou de prazer, modificou e ampliou as exigências e os desejos humanos. Embora o corpo humano tenha a mesma anatomia há milênios, a partir da experiência do uso do instrumento em situação de relativo conforto e segurança, a evolução foi vertiginosa. Os elaborados sistemas de ensino, criados no século passado e em nossos dias, encontram-se diante da necessidade de associar o entendimento do potencial humano ao entendimento dos limites do corpo. Isso obrigaria as pessoas a reconhecer a necessidade de uma constante experimentação com a motricidade humana.

Retomemos alguns passos da história humana: refinamento dos movimentos, criação do instrumento, domínio do instrumento, experimentação com as sonoridades, criação da linguagem oral, produção e reprodução de objetos por meio da memória de gestos repetidos, modificação do ambiente.... A cada etapa, maiores modificações ocorreram em nosso sistema nervoso central, que nos transformaram em soberanos do planeta.

Mesmo reinando como espécie, se não refizermos constantes experimentações com as sensações motoras fundamentais, com as sonoridades primárias, se abdicarmos desses elementos que nos modificaram e desenharam corporalmente (e que nos modificam ainda hoje), estaremos nos distanciando das pedras de toque do especificamente humano. As autonomias do movimento adquiridas pelo homem criaram condições para o aparecimento de outras linguagens. A expressão pela palavra foi o passo seguinte, concomitante à expressão por meio da produção de objetos. A partir de um certo momento na história da espécie, seu desenvolvimento anatômico e fisiológico não pode estar separado da palavra e dos objetos que manipula.

Ao trabalhar com a reeducação do movimento, tenho claro que a reconstrução do gesto harmonioso não pode apartar-se do exercício de oralidade, especialmente quando se trata de população carente, em que a expressão verbal é pouco elaborada no contexto familiar.

O ambiente do jovem carente não exige que ele amplie suas estratégias de comunicação. Ao ficar em pé, o indivíduo pode ter o hábito de apoiar-se sempre na perna esquerda. Verbalmente pode servir-se em excesso das

chamadas muletas lingüísticas (expressões como "tipo assim", "né" etc.) e gírias. É preciso que o jovem saiba expressar-se diante das mais diversas situações. Logo os próprios adolescentes passam a exigir que os colegas se expressem com mais clareza. Essa tem sido a minha experiência. No projeto Dança Comunidade, pudemos contar com a colaboração de um profissional de Lingüística. E os resultados foram consistentes, tanto na expressão verbal quanto na compreensão motora do conteúdo trabalhado nos ensaios.

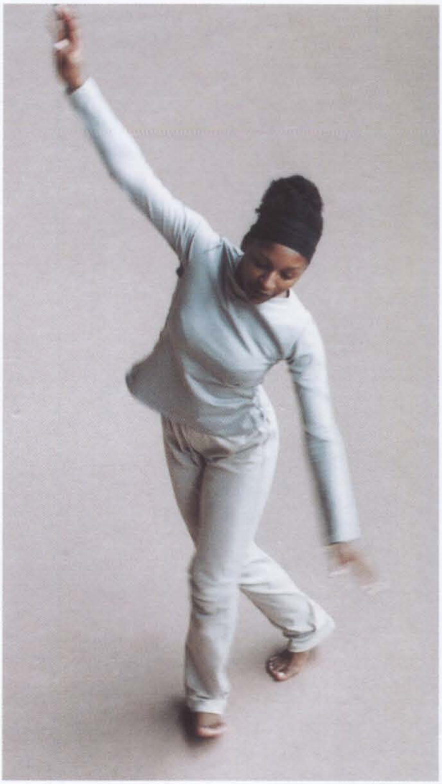
Decidi associar aos ensaios do projeto Dança Comunidade alguns "encontros linguísticos", em que talvez, pela primeira vez, os adolescentes do projeto viram-se diante do desafio de conseguir expressar-se verbalmente com clareza. Não paramos aí. Julguei necessário associar a prática psicomotora com experiências rítmicas, de manipulação de um instrumento de percussão e exercícios de contagem musical. Além disso, acrescentei aos nossos ensaios aulas de trabalhos manuais (origami) e aulas de "entendimento do aparelho locomotor".

Salientamos anteriormente a importância do uso da ferramenta para o desenvolvimento motor e intelectual. Escolhi fazer uso de um instrumento musical, que é uma "ferramenta" bastante especializada, que nos ajudou a trabalhar diferentes percepções e a desenvolver qualidades sensoriais mais profundas.

Qualquer movimento realizado pelo corpo está inserido nas coordenadas de tempo e de espaço. A percepção do tempo está associada à experiência motora, à experiência de diferentes contrações musculares. O ato de elevar o braço adiante para pegar um objeto, por exemplo, assinala uma passagem de tempo distinta daquela percebida no ato de trazê-lo para perto de si. Tanto um gesto como outro recrutam músculos que levam ao cérebro informações diferentes.

São noções sensoriais que podem ser reforçadas e refinadas com maior eficácia, por meio da música. O aluno pode adquirir uma compreensão mais elaborada, mais interna e profunda do tempo, contratempo e da pausa, na experiência concreta de percutir um instrumento.

A vibração da própria voz ou de um instrumento age rapidamente no *equilíbrio* da tensão muscular, ensinando ao jovem como dosar a carga de intenção que acompanha uma ação. A repetição de uma estrutura rítmica ajuda o jovem a abrir espaços no cérebro para a memória. Se o propósito é dançar, o uso da música exige que se antecipe o movimento seguinte com muita rapidez. Ao preparar-se para executar um trecho rítmico, o aluno é obrigado a fazer cálculos sofisticados de antemão, enriquecendo seu potencial para o raciocínio.



Escolhemos usar instrumentos de percussão porque estão associados ao universo cultural dos jovens. Também são mais acessíveis, já que vários objetos podem transformar-se em instrumento de percussão.

O corpo é um *volume* no espaço e o movimento modifica as relações dentro desse volume sem desfazê-lo. Por várias razões, acabamos perdendo sensações de tridimensionalidade do gesto ou nem chegamos a construí-las. Ao elaborar um objeto com as mãos, construindo-o em vários planos e articulando-o, o jovem internaliza essas dimensões em seu próprio corpo, revivendo um modelo potencial que já se encontra construído em nossas "células".

A prática do origami, a arte oriental de dobradura de papel, foi introduzida com o propósito de desenvolver essa capacidade intrínseca de perceber o corpo como um volume que se modifica mas não se desfaz. Também para exercitar a concentração e o foco dessas mentes jovens tão dispersas e que têm dificuldade em manter a atenção. A técnica ensina a dobrar e conectar formas geométricas que resultam em figuras tridimensionais, assim como o movimento também articula nosso corpo, que é um volume, em diferentes posições ou "formas". O trabalho em barro poderia ter sido usado para refinar esse conceito, mas o origami oferece a vantagem de utilizar um material facilmente encontrável e descartável. A prática do desenho e da pintura ficaria para uma etapa posterior, pois demandam noções mais elaboradas de volume. No origami, passamos do plano à tridimensão de maneira rápida, evidente e concreta. As horas dedicadas ao origami serviram, sobretudo, para conseguir um tempo de calma e concentração para organizar as horas de trabalho.

Por trás de todas as atividades associadas aos ensaios, tínhamos sempre em mente as exigências da atividade grupal. De nada adianta o professor organizar um gesto, mostrar como o tônus se equilibra, se o aluno não sabe que precisa lavar as mãos para tocar no outro e em si mesmo. O asseio implica responsabilidade para consigo mesmo e para com o semelhante. Nessa acepção, é preciso que o aluno entre em contato com noções de *saúde* em seus fundamentos mais básicos – ou seja, o de prevenção de doenças e de *higiene diária*.

Mais do que em outros meios, é importante reforçar a idéia entre os jovens carentes de que o melhor remédio é a prevenção. O nosso jovem precisa aprender a observar-se, cuidar de si, manter um bom nível de limpeza pessoal e ambiental em termos pessoais e para benefício geral.

Assim como os conhecimentos de prevenção e higiene, conhecer como funciona o aparelho locomotor ajuda a prevenir disfunções musculares e articulares. Tais distúrbios, mesmo os mais leves, podem ser causados por uma utilização inadequada do aparelho locomotor. Se ao sair de uma cadeira, o aluno não realiza o movimento por meio da pressão que o pé exerce no solo, poderá desenvolver uma lesão no joelho. Se ao escrever, não tiver habilidade no manuseio da caneta e, mais grave, no teclado do computador, poderá ser a futura vítima de uma bursite. Limitações no funcionamento dos músculos e alterações repercutem no sistema respiratório, visceral e, como já vimos, em níveis mais refinados, psíquicos e afetivos, na formação da personalidade. Por isso é fundamental que os alunos sejam introduzidos na "educação completa" sobre o funcionamento do corpo. O aprendiz deve repetir o gesto muitas vezes, aos poucos gerando automatismos mais coerentes e construindo, em sua percepção, imagens mais corretas do próprio corpo. É necessário saber como conduzi-lo a encontrar prazer nesse conhecimento.

Convidamos um profissional da área da fisioterapia, que, utilizando as bases da reeducação do movimento, como eu as entendo, pôde ajudar os rapazes e as moças a ampliarem, na prática, seu entendimento do aparelho locomotor. Para que o jovem conquiste um movimento suave e organizado, é preciso que ele permaneça um bom tempo numa mesma qualidade de movimento. Somente assim será capaz de perceber que o gesto bem executado também é fonte de bem-estar e prazer.

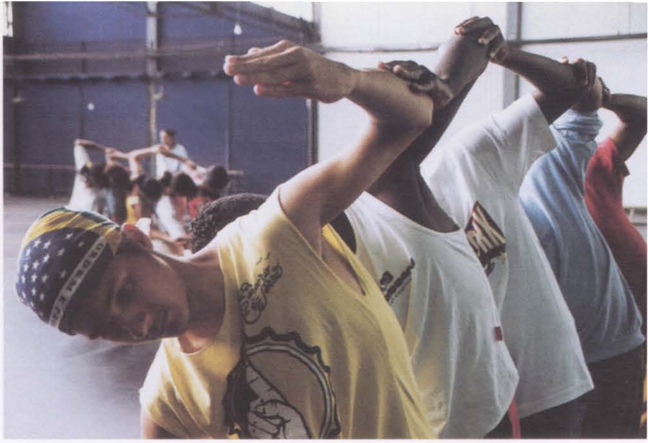
Para que um processo educativo como o do Dança Comunidade se desenvolva com sucesso, é indispensável a criação de condições adequadas para receber o adolescente. Entre outros fatores, espaços limpos e organizados, material de trabalho, lanche, transporte. Além disso, é necessário ajudar os jovens em problemas anteriores do ambiente familiar (de saúde, afetivos etc.), e também dar-lhes estrutura para que suportem as dificuldades cotidianas decorrentes do aumento de carga horária, durante o período dos ensaios.

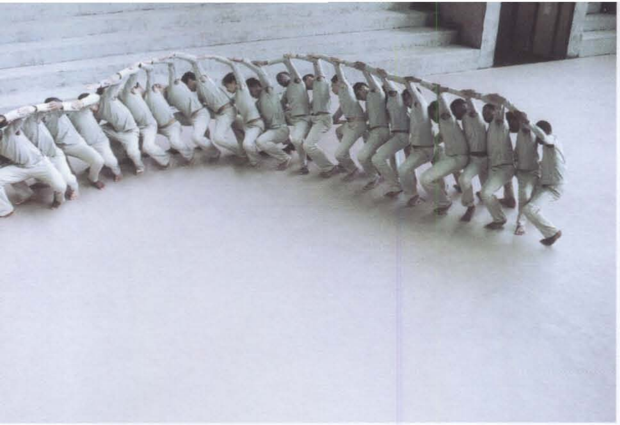
Ao aprimorar-se na atividade de dança, no manejo de um instrumento, no aprendizado artístico, o jovem pode tornar-se mais agressivo. Uma das razões para essa aparente contradição está no fato de que possa estar em contato com um grande conjunto de informações novas, em conflito com o meio onde vive. Se exigirmos que o aluno ultrapasse suas próprias barreiras e conquiste novos patamares de desenvolvimento, naturalmente isso pode provocar turbulências em seu terreno emocional.

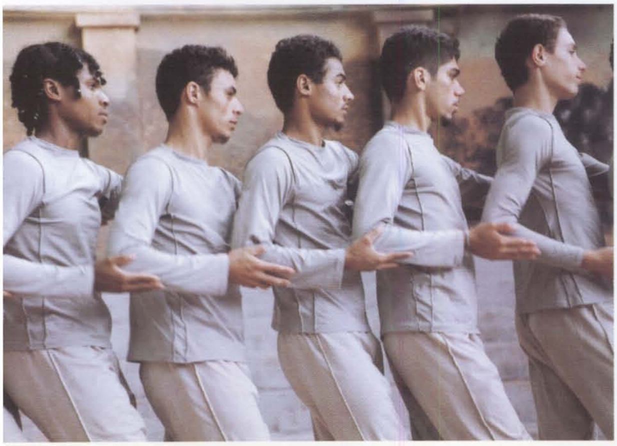
É muito importante que haja profissionais que tenham autonomia e competência para observar os conflitos que possam surgir: indícios de agressividade, de desconforto, de depressão, por exemplo. Sempre que nós, educadores, notarmos sinais de dispersão, de falta de concentração em um aluno, devemos recorrer a esses facilitadores (em nosso caso, contamos com a ajuda de uma profissional na área da educação e de uma assistente social). Esses profissionais preparavam antecipadamente as condições materiais para que nosso trabalho pudesse se desenvolver com harmonia; permaneciam na retaguarda, acompanhando todo o processo. Puderam, com isso, dar apoio aos jovens, atuando nos confrontos, estruturando-os mental e emocionalmente para que se adaptassem ao espaço coletivo.

Prever um espaço para trabalhos como o do projeto Dança Comunidade representa uma economia para os cofres públicos. Quando se educa tendo em vista o prazer decorrente do saber fazer, quando se mostra ao adolescente a importância de ser responsável e de atuar numa comunidade, a sociedade e o Estado só têm a ganhar. Essas ações são de menor custo, a longo prazo mais efetivas, e infinitamente mais prazerosas e satisfatórias para o indivíduo. São freqüentes relatos de patrões que indagam “por que meu *office-boy* está lá dançando, em vez de fazer um curso de informática?” Sou freqüentemente questionado acerca da função social da dança ou da arte. Para que os inquiridores encontrem algumas respostas, achei necessário escrever estas páginas.

O desenvolvimento de um trabalho com a base motora é como a lapidação de um diamante. Polir apenas uma das superfícies representa um empobrecimento das outras possibilidades, um desequilíbrio das forças internas que pedem um formato mais multifacetado, capaz de revelar todo o brilho da peça. As outras facetas do diamante são as atividades complementares que desenvolvemos no Dança Comunidade. Cada uma delas foi conduzida sob a responsabilidade de um especialista, que dedicou suas tardes, noites e seus fins de semana aos rapazes e moças que participaram do projeto. Esses profissionais vão contar aqui sua experiência no Dança Comunidade, sugerindo quais ações devem ser implementadas, para o sucesso de uma tarefa como a que nos propusemos. Colaboraram conosco: Maria Inês Batista Campos (comunicação verbal), lingüista; Rafael Y Castro (música), percussionista; Keiko Abe (origami), professora; Bettina Grajcer, Auro Danny Lescher e Lauro Aventuratto (saúde); Andrea Amaral Castillo (aprendizado do movimento), fisioterapeuta; Cléo Regina Miranda, assistente social e Nilza Assumpção Veronesi, professora (vínculo com o hábitat); Marília Araújo (ensaiadora), professora de dança. A todos eu agradeço, com o mais profundo reconhecimento. Gostaria de manifestar minha gratidão também a Inês Bogéa, crítica de dança, cuja contribuição como "pensadora" dessa obra e de meu trabalho permeia todo o livro.







ESPAÇO E COMUNICAÇÃO

Um Início do Que Virá

Inês Bogéa

Esculpir, dar corpo, incorporar o movimento, até que gere identidade. Uma identidade produzida justamente pelo conhecimento e pelo trabalho: este é o ideal – concreto e viável – que Ivaldo Bertazzo pratica na dança.

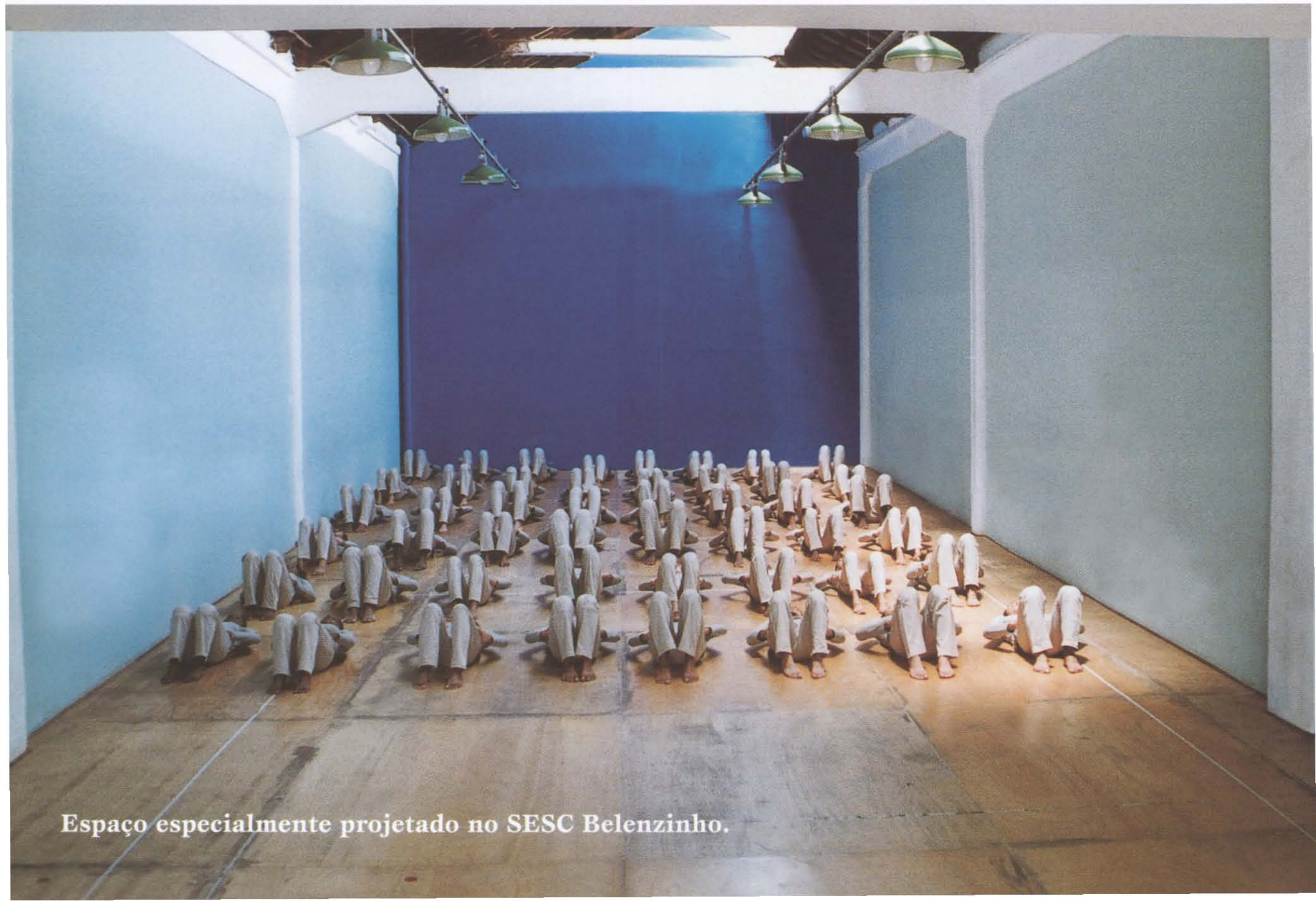
No início, uma sala vazia. Aos poucos, o vazio vai se constituindo como território, onde a matéria se dá. Cada ingrediente que chega procura seu lugar. Os primeiros movimentos são como fendas que abrem o espaço, tanto o do corpo individual como o da convivência comum. Um sentido de orientação começa a nascer nos corpos integrados ao gesto, assim como noções de tempo e de espaço vêm da consciência dos movimentos. A potência das coisas se mostra melhor se contida e controlada. Explodiriam corpos contra corpos se a coordenação não fosse forte o bastante para organizá-los.

Da organização e expressão do corpo, torna-se possível a passagem para a expressão verbal. Assim como na dança, busca-se ali a consciência do "corpo verbal", com suas cadeias, a serem organizadas de modo adequado. A lingüista Maria Inês Batista Campos chama a atenção para os diferentes meios de comunicação – suas estruturas, seus repertórios, seu público. O corpo se comunica por movimentos, sons e palavras, que expressam um saber. Assim como ele se organiza para o movimento e para a dança, sua expressão alcança novos níveis na fala, na escrita e na comunicação verbal. A construção da linguagem se dá no corpo de cada indivíduo e reflete sua posição no mundo.

A dança chega também à casa dos 53 jovens participantes, e luta por espaços ali onde não parece haver espaço para si. A professora Nilza Assumpção Veronesi e a assistente social Cléo Regina Miranda trabalham diariamente com os participantes do projeto, para que as questões individuais e coletivas sejam solucionadas, dentro e fora das comunidades de origem, sem o que não haveria suporte possível para o projeto. Uma dor, uma doença, uma gravidez, um problema qualquer em casa afetarão diretamente a relação da equipe e do indivíduo nessa comunidade. A abertura que o trabalho pode propiciar na visão de mundo desses participantes nem sempre facilita sua relação com o ambiente ao redor, pelo menos não imediatamente. Todo crescimento gera conflitos, que têm de ser trabalhados.

O corpo se transforma e alcança novos domínios, sem esquecer de princípios básicos do gesto, da linguagem e da saúde. Esta última foi abordada desde o início como condição primordial. Um simples alerta para questões de higiene, seja na utilização comum dos espaços, seja no respeito ao próprio corpo e ao do outro, traz resultados imediatos. Detectar as condições físicas dos participantes também se faz necessário. Nesse aspecto, a participação dos médicos Bettina Grajcer, Auro Danny Lescher e Lauro Aventuratto foi de grande valia. Não se trata apenas de um cuidado essencial com a vida dos participantes, mas também do entendimento de que fatores dessa ordem estão envolvidos em todo processo de relação humana, e precisam ser estudados, ao mesmo tempo, com sensibilidade e rigor.

Depois de tantos anos de experiência, Ivaldo Bertazzo mantém renovada sua trajetória, que, por seu próprio espírito, exige sempre novas configurações. Realizada passo a passo, sem alarde, o Dança Comunidade é uma continuação do que veio e um início do que virá. Entre um e outro, estamos nós, participantes e espectadores, reunidos nesse espetáculo brasileiro.



Espaço especialmente projetado no SESC Belenzinho.

Espaço Vazio e Mandala

Ivaldo Bertazzo

Muitas vezes, ouvimos um aluno reclamar de uma suposta falta de coordenação, quando ele, na verdade, está acostumado a dirigir um carro, a digitar no computador, a andar de bicicleta – atividades que demandam um nível altamente sofisticado de organização motora. O que ele talvez não consiga entabular é a transição para o gesto puro, pois não tem o hábito de prestar atenção às suas modificações musculares mais profundas.

Neste capítulo, queremos mostrar como o corpo se constrói, como volume, numa posição deitada. Sem essa noção elementar, fica difícil para o aluno entender a passagem para a posição em pé e, muito menos, para os exercícios e atividades que se desenrolarão adiante.

É importante, no ensino do movimento, que o professor fique atento para o modo como o aluno procura inicialmente executá-lo. Num primeiro momento, o educador deve executar o gesto em diferentes planos (de frente, de costas, de perfil), para que o aluno tenha a visão global proporcionada pelo movimento. Ao observar a intenção do movimento proposto, o estudante internaliza o gesto antes de executá-lo, e não o faz por simples repetição. Qualquer ser humano saudável possui, em grau maior ou menor, a capacidade de copiar tudo que se desloca à sua frente. Esse potencial deve ser estimulado. Quando o aluno tenta repetir o movimento observado, surgem sensações interiores que constituem seu mapa para o refinamento do próprio gesto. A partir dessas sensações, o professor passa a direcionar seu movimento: executando junto e também conduzindo sua direção pelo toque, para acentuar as sensações. No movimento, assim como na pintura, é difícil criar profundidade e planos sem que haja técnica. O educador precisa auxiliar o aluno na construção dos diferentes planos. Para isso, é importante posicionar-se na frente do praticante, reproduzindo o gesto como num espelho. Quando o professor move o braço direito, o aluno desloca o esquerdo, criando, nessa relação, noções de profundidade.

A atenção necessária para a realização de um gesto depende das primeiras sensações que esse movimento provoca internamente no aluno. São sensações novas que se imprimem no cérebro. Ao reproduzir o movimento, ele realiza uma leitura dessas impressões.

Um exemplo: quando o indivíduo desloca a mão no espaço para apanhar uma maçã, ele programa visualmente a distância entre a mão e a fruta, e entre a fruta e a boca, antes de cumprir o objetivo de levá-la à boca. Para alcançar a maçã, o movimento tem sua origem na escápula; ele é percebido primeiramente no apoio do ombro sobre as costelas; a partir desse apoio, a mão descreve uma linha no espaço para chegar ao objeto desejado. O aluno deve prestar atenção ao ponto onde se origina o gesto. E, a partir de então, atentar por onde a força muscular se desloca em seu corpo.

O excesso de praticidade dos gestos cotidianos faz com que percamos aos poucos as sensações individualizadas, que dão origem a tais movimentos. Quando realizamos um gesto apressado, que apenas busca satisfazer com rapidez um objetivo, deixamos de nos referir a essas sensações. Reeducar o movimento significa reconstruir os padrões do gesto.

Daremos, a partir de agora, uma orientação sobre o modo de organizar a sala de prática e sobre os primeiros passos que devem ser ensinados ao aluno, na atividade de reeducação do movimento. Em seguida, passaremos a mostrar como os indivíduos constroem suas noções de direção no espaço, ao mesmo tempo em que proporemos dois exercícios básicos, com a finalidade de ampliar esses princípios sensoriais.

Atenção ao Espaço de Trabalho

O ideal é que exista um espaço exclusivo para as aulas de reeducação do movimento, ao menos nos primeiros meses de trabalho. Mudar constantemente de sala prejudica as condições básicas que pretendemos construir. A permanência no mesmo local, ao contrário, ajuda o jovem a acalmar os sentidos, a elaborar suas sensações e a formar sua identidade corporal. Caso a sala seja utilizada por outros, é fundamental que ela seja antecipadamente limpa e preparada para a chegada dos jovens.

A sala de aula não deve conter qualquer informação visual desnecessária (cartazes, paisagem exterior, quadrinhos, bibelôs etc.). As paredes e o chão precisam estar limpos. Para o jovem, trata-se de uma experiência única, já que ele dificilmente encontrará um espaço vazio para seu uso, muito menos em sua própria casa. Ao deparar-se com esse local despojado, ele aprende, com maior facilidade, a deitar-se no chão para organizar-se corporalmente. Deitado, ele deixa que os olhos foquem o teto e as paredes neutras que o envolvem. A limpeza exterior, observada pelo aluno, acelera a interiorização e construção das sensações motoras.

O educador não deve permitir que se entre de sapatos na sala de aula. Essa preocupação fará com que o aluno perceba a diferença essencial que há entre chão/rua e chão/apoio para os exercícios. Os banheiros também devem ser mantidos rigorosamente limpos. Incentive os jovens a transitar ali de chinelos. Não deixe que, ao trocarem de roupa, joguem as peças ao léu. Se não houver cabides, ensine-os a dobrar as roupas. Essa organização os ajudará depois, quando precisarem estruturar-se corporalmente.

Noções de Direção no Espaço

O primeiro conceito que devemos ensinar-lhes é o de que o corpo é um volume, ocupando um espaço. A percepção do volume se faz por meio de informações internas e externas. Internamente, a percepção ocorre por meio de imagens muito concretas, e não de "simbolismos" inventados pelo educador. Não se deve dizer "sinta que seus ombros são como asas..." etc., mas sim "a bacia é uma parte do esqueleto que recebe o volume interno do tórax...".

É comum pedirmos ao aluno para tocar-se durante o exercício, com orientações muito precisas. A mão dele indica a rotação externa da articulação da coxa com a bacia, ensina o próprio ombro a descer, informa o crânio para crescer etc. As sensações externas são organizadas pelo toque da mão, enquanto as internas se constróem à medida que percorremos mentalmente os espaços internos do corpo. Mesmo quando está deitado, executando os exercícios, o praticante deve organizar o foco do olhar, o que futuramente o ajudará na construção do movimento. É importante compreender que o ponto culminante deste método consiste num corpo que se desloca no espaço, para diferentes direções.

Ao contrário do que se imagina, o ato de deitar, para um trabalho de percepção corporal, é uma tarefa bastante difícil, que exige um entendimento amplo do corpo. Na modulação da voz e na construção da imagem do movimento, o professor comanda as sensações do aluno, impedindo que a mente dele vagueie para o plano emocional. Pular essa indispensável preparação básica seria o mesmo que solicitar ao aluno que solucione uma complexa equação de álgebra, sem que ele disponha de um conhecimento prévio de matemática elementar. Ele não terá a mínima idéia de como resolvê-la.

É comum que o jovem se queixe da dificuldade de relaxar, reclamando que não consegue concentrar-se na percepção do corpo. Essa turbulência, por incrível que pareça, é perfeitamente saudável! O adolescente irrequieto já está na fase de demanda, revelando uma qualidade de tônus, de emotividade e de personalidade, que já solicita o movimento. É imprudente pedir para que ele relaxe antes de haver uma grande experimentação no âmbito do movimento. Brincamos que podemos deixá-lo equilibrado para ele relaxar depois, na casa dele, mas nunca na sala de aula! Na sala, o educador deseja um alerta motor. Uma viagem ao gesto.

Dissemos que o exercício do toque é uma forma de ele captar, externamente, as informações sobre seu corpo. Com efeito, a *pele* é o caminho mais rápido para a auto-percepção. A pele contém o potencial do sentir. É ela que nos faz identificar calor e frio, texturas (lisas, ásperas, esburacadas), medos e desejos. Se o banco em que estamos sentados está torto, é a pele que, em primeiro lugar, envia essas informações ao cérebro. A pele delimita sensações de espaço interno e externo. É ela que nos fornece dados sobre os diversos formatos que meu corpo adquire no espaço, quando caminho, subo e desço escadas, pratico torções. *Não precisamos de espelhos* para construir as diferentes imagens dos desenhos corporais. Por isso, sempre que possível, antes de deitar o aluno no chão para a prática dos exercícios, peça a ele que esfregue o corpo todo – crânio, rosto, nuca, braços, barriga, quadris e pernas – usando as mãos como escova. Convide-o a exercitar suas sensações enquanto fricciona o corpo. A fricção futuramente lhe dará um maior domínio sobre o movimento, de modo que ele poderá prevenir-se contra eventuais entorses e desequilíbrios motores graves. Embora todos nós possuamos o potencial para sentir, essa capacidade pode apagar-se aos poucos, caso não seja exercitada. Atletas, dançarinos e até cirurgiões e digitadores sempre devem recorrer à fricção da pele antes de iniciar uma atividade motora. O atrito aquece e nos deixa mais preparados para alongar nossos encurtamentos musculares. Com a vibração acarretada pelo gesto de friccionar o corpo, ocorre igualmente, por vias secundárias, um desbloqueio do diafragma; o que auxilia, portanto, a respiração.

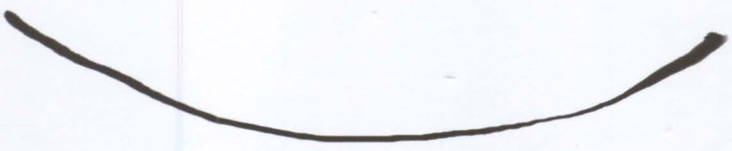
Construção das Sensações: Gravidade e Estrutura Óssea

Quando pedimos para o aluno deitar-se, não queremos que ele se largue no chão. Nosso corpo foi feito para o movimento. As características do corpo humano são fruto da sua existência num meio onde age a gravidade. O corpo é como é, *por causa da* gravidade. Ao colocar-se em posição ereta, ele age *com* a gravidade, mas, ao mesmo tempo, mobilizando forças *contrárias* a ela. O corpo não se submete sem reação à força gravitacional. O esqueleto sofre a ação dessa força e organiza-se a partir dela e contra ela. Os ossos se beneficiam da pressão do peso que nos empurra em direção ao chão. (Em nossas aulas, comumente usamos a percussão do pé contra o solo, pois essas vibrações estimulam a atividade dos ossos e diminuem a tensão desnecessária dos músculos). Nossos músculos se organizam de modo muito inteligente para auxiliar-nos nesse diálogo constante com a gravidade. Nesse trabalho de reeducação do movimento, quando deitamos no solo, nossa intenção é favorecer o corpo no embate com a gravidade. Deitados, com os joelhos dobrados e as mãos sobre a coxa, criamos uma unidade organizada de resposta antigravitacional.

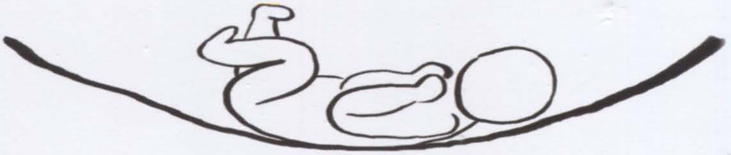
Quando caminhamos, quando nos desequilibramos, quando nosso corpo ocupa diferentes planos no espaço, dependemos de forças que se originam no tronco (ou seja, a partir de ações musculares do tronco), para nos mantermos em pé.

Para entender e perceber sensorialmente essa noção, é necessário fazer uma breve retrospectiva de como nosso corpo se formou:

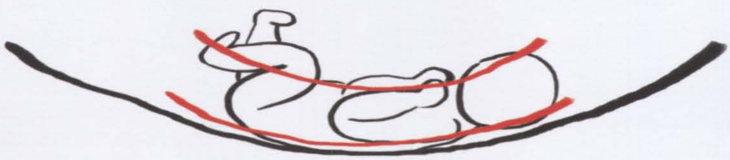
1. Quando se encontra no ventre materno, o corpo desenvolve-se, lentamente, ao longo de uma linha arredondada, de uma semi-esfera.



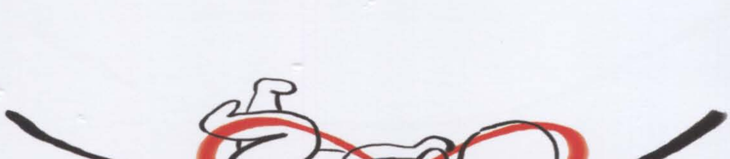
2. Cabeça, braços, pernas, olhos, ouvidos, nariz e boca se dispõem à frente dessa linha arredondada. A partir da coluna vertebral, todo o corpo converge para a frente. Cabeça e bacia se orientam uma em direção da outra, na face anterior.



3. Nessa convergência para a face anterior, constrói-se uma linha, que chamamos de linha mediana. É quase como se fosse uma "costura" que corre paralelamente à frente do traçado da coluna vertebral. (Atenção: tanto a linha da coluna vertebral quanto a mediana apresentam leve concavidade).

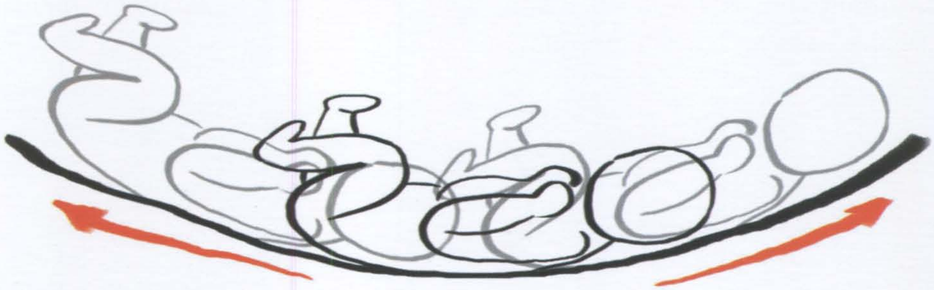


4. Essas duas paredes, anterior e posterior, definem o espaço interno, cujos limites se estabelecem entre o crânio e a bacia. Quando falamos de limites, não queremos dizer que toda atividade vital termina ali, mas que ela percorre esses marcos superior e inferior, num fluxo circular e ininterrupto.

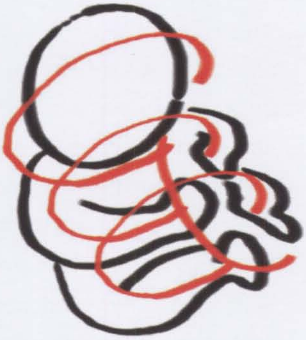


5. Durante o desenvolvimento do feto, a parede posterior do tórax se encontra apoiada nas superfícies do útero. Por isso, ao tentar alongar-se, o corpo vê-se impedido, pela parede uterina, de inclinar-se para trás, sendo obrigado a expandir-se para as pontas: a cabeça vai mais para frente, seguindo na mesma direção da linha côncava do útero, distanciando-se da bacia, que avança na direção oposta. Se quiser ter uma idéia de como isso ocorre, você pode apoiar as costas numa superfície ligeiramente côncava: como não consegue estirar-se para trás, você experimenta essa sensação de descompressão da coluna vertebral. Devemos entender que não se trata de um movimento de enrolar que se fecha na frente, pois a descompressão que ocorre posteriormente também precisa fornecer comprimento à parede anterior do tronco. A descompressão da coluna surge do esboço de enrolamento de cabeça e bacia em direções opostas. Porém, a parede anterior não deve encolher como uma sanfona. Deve, ao contrário, manter o seu comprimento e até ampliá-lo, concomitantemente ao que ocorre nas costas.

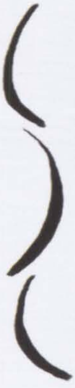
No deslizamento pelas paredes do útero, cabeça e bacia naturalmente se afastam, criando na parede posterior as linhas de força do tórax. No ventre, esse ato de descomprimir-se ocorre como uma balança: ora o apoio encontra-se mais sobre a nuca, ora mais na bacia. O feto já está, assim, dentro da parede uterina, preparando-se para a posição vertical.



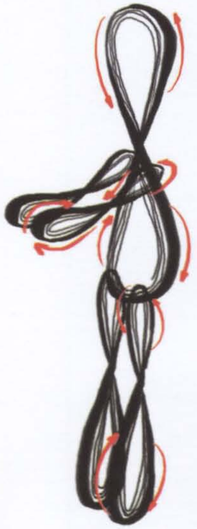
6. Ao nascer, o bebê mantém-se por algum tempo nessa posição arredondada. Braços e pernas, que são prolongamentos do tronco, começam a movimentar-se incessantemente no espaço. Esses movimentos vão ganhando suas "autonomias", porém sem destruir o volume e as linhas de força do tórax.

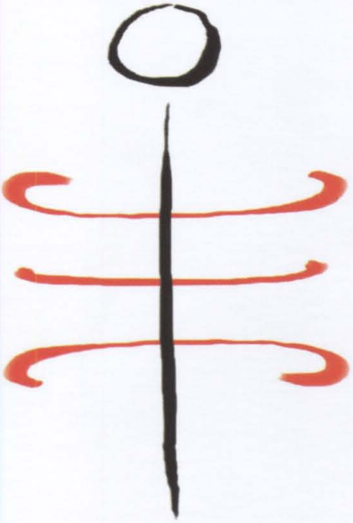


7. Aos poucos, nossa coluna vertebral, devido à ação da gravidade e de certos músculos, adquire três curvas, que atuam como "amortecedores" para um melhor equilíbrio do corpo na sua ação antigravitacional. Mas, do ponto de vista estritamente muscular, o corpo mantém-se dentro desse padrão de esfericidade. Ou seja: ao passar da postura deitada para a sentada, o tórax se arredonda; quando nos levantamos a partir da posição sentada, devemos continuar construindo essa sensação de esfericidade, da qual igualmente fazemos uso quando saltamos no espaço, caminhamos etc.



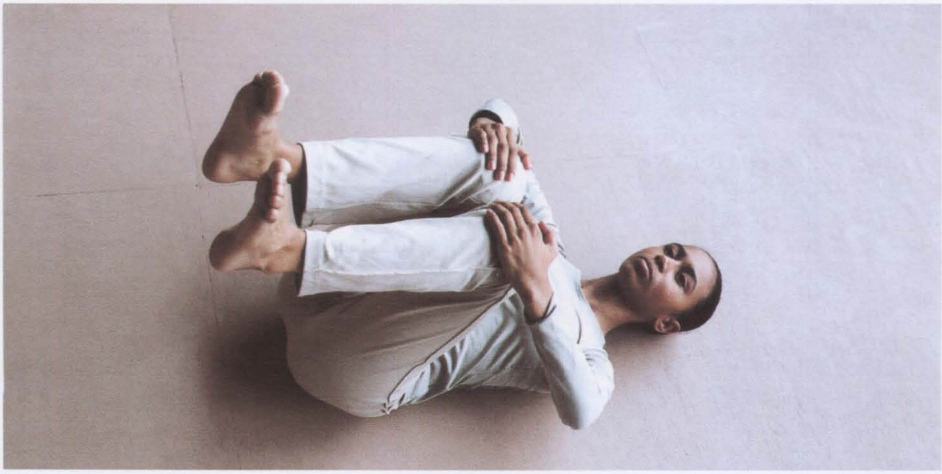
8. Indiscutivelmente, porém, à medida que conseguimos ficar em pé, as forças que se opõem à ação da gravidade também podem ser mobilizadas no sentido das extremidades para o tronco. Isto é, as mãos que pressionam o espaço transmitem força para as costelas, enquanto os pés que empurram o chão enviam força para o abdome – condições que, por sua vez, auxiliam o equilíbrio do tronco.

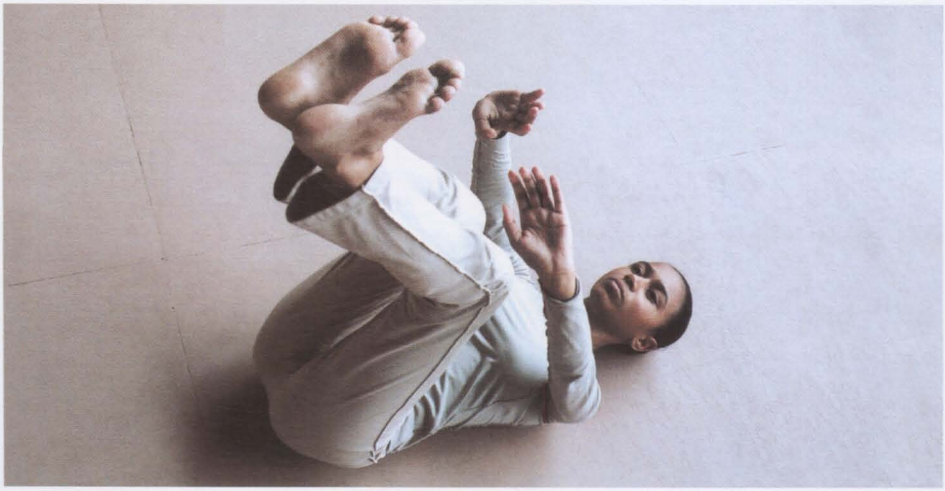




Exercício de Percepção nº 1

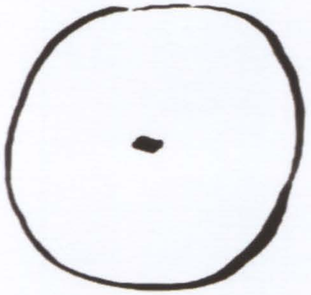
Devemos fazer com que o aluno, na posição deitada, crie sensações de oposição entre cabeça e bacia, pela linha posterior (o que é diferente do soltar-se sobre o solo). Trata-se de algo semelhante ao que ocorre na parede do útero, como descrevemos acima. Esse expandir-se faz com que a atenção se direcione para os pés e as mãos. Peça para o aluno empurrar o espaço à frente com as mãos e os pés, criando uma atitude, como se quisesse sentar. Tome cuidado para que ele não bloqueie a respiração: ela deve fluir livremente. Esse equilíbrio de forças entre a parede anterior e posterior encontra-se na base de todos os movimentos que o corpo realiza (pular, andar, empurrar, sentar, levantar, nadar etc.), sendo, portanto, fundamental para o pleno desenvolvimento do indivíduo.



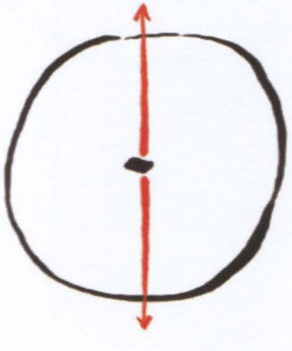


MANDALA

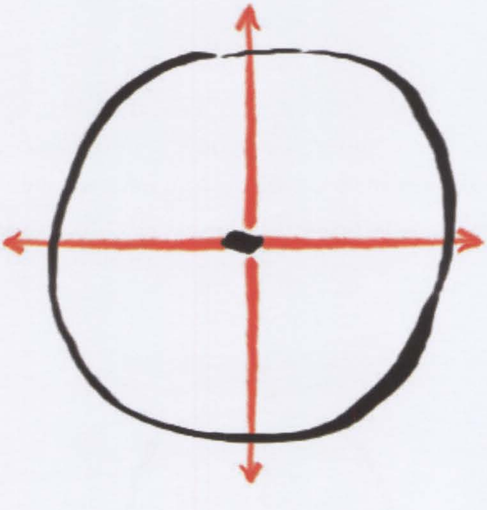
1. Repare que, na atitude solicitada pelo exercício anterior, cria-se um enrolamento bastante análogo à posição do corpo em seu desenvolvimento uterino. A partir desse enrolamento, construímos a noção de frente, enquanto a de trás baseia-se num endireitamento. Observe que o movimento posterior não significa um retorno, não é um mero jogar do tronco para trás. A manutenção da força de enrolamento de bacia e cabeça, em direções opostas, e a descompressão que ocorre nesse espaço entre elas fornecem a noção do que está atrás. Como sabemos que o tórax é um volume, podemos esquematizar o homem de pé da seguinte maneira:



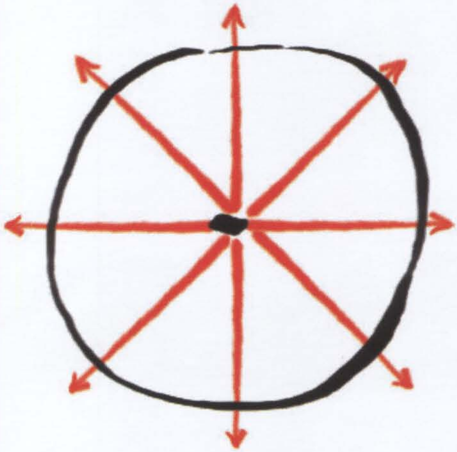
2. Com a experiência do enrolar e endireitar (que ocorre desde o útero e prossegue pelos primeiros meses de vida), a percepção de frente e trás torna-se nítida. Cria-se, assim, uma linha que estabelece a direção frente/trás, que auxilia no deslocamento e também no ato de pegar objetos.



3. Na experiência de caminhar para frente, construímos as noções de direita e esquerda no espaço. Isso ocorre porque o indivíduo forçosamente desloca-se de um pé para o outro, construindo, por força do deslocamento da tensão muscular, a sensação de lado direito e esquerdo do tronco. Em outras palavras, quando nos colocamos sobre um pé, a tensão amplia-se, aumentando a força muscular no tórax do mesmo lado do pé sobre o qual me apóio, expandindo esse lado do tronco. O mesmo ocorre, evidentemente, quando passarmos o apoio para o outro pé. Segundo demonstramos, o corpo já possuía, antes de começar a andar, a noção de linha mediana. Ao passarmos de um pé para o outro, percebemos a sensação de deslocamento do corpo da direita para a esquerda. Para tanto, contamos com o auxílio da sensação de tensão muscular, anteriormente construída, que se desloca no tronco de um lado para o outro. Além disso, o uso das mãos, já exercitado no berço e no colo da mãe, ajuda a formular os conceitos de direita e esquerda.

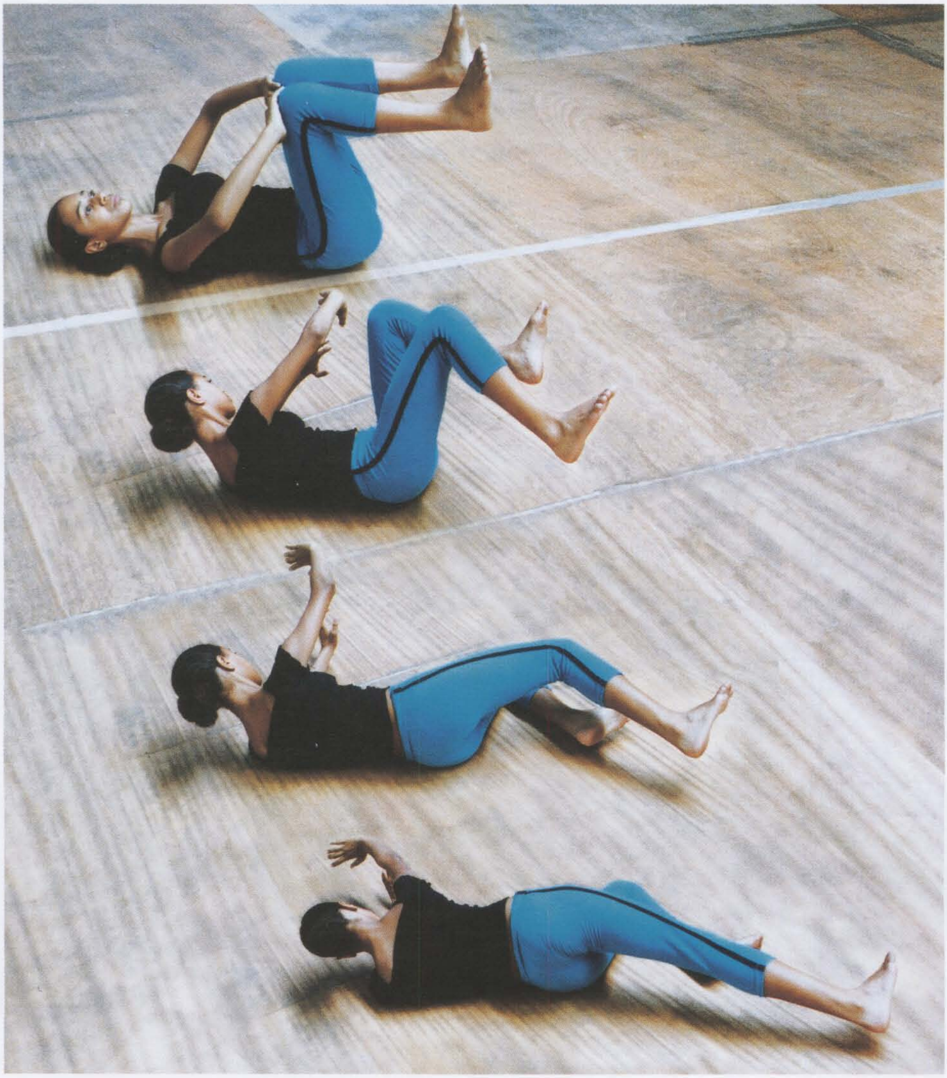


4. No deslocamento de um pé para o outro, o braço do lado oposto vai para frente quando se avança um dos pés. Isso faz com que o tórax naturalmente se torça. A partir dessa torção, que também ocorre quando manipulamos os objetos, é possível perceber as três dimensões do corpo no espaço. Esse volume, ao deslocar-se, necessariamente dobra-se, torce-se no espaço. Nesse processo natural, portanto, adquirimos em seguida os conceitos de torção, o que completa as linhas da nossa mandala. Veja que, embora possamos nos dirigir para a frente, continuamos a perceber muscularmente todas as outras direções. É até divertido saber que, se mudarmos de rumo, independentemente da direção para onde formos, todo o resto da mandala nos acompanha. (Ou seja, nunca mais nos livraremos dessas sensações!) Lembre-se de que a esses conceitos somam-se os de profundidade e altura, já fornecidos pelo enrolar e o endireitar.

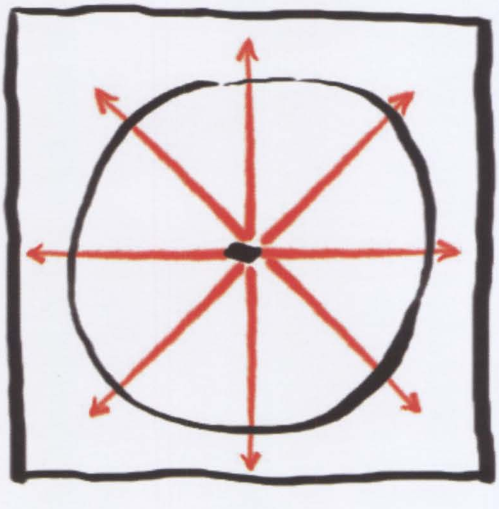


Exercício de Percepção nº 2

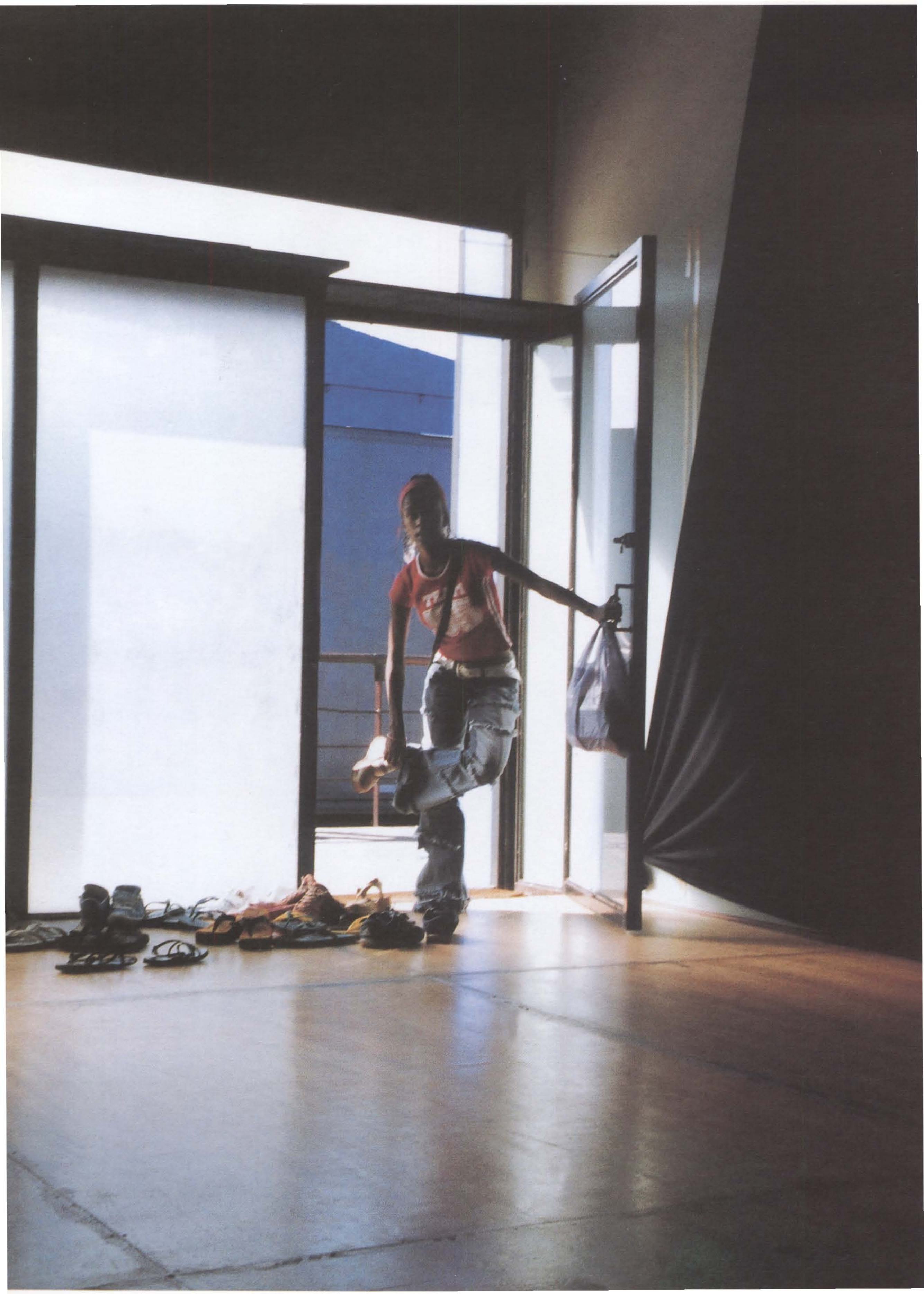
Antes de brincar com todas essas direções, quer seja na dança, quer seja praticando exercícios, é importante acentuar essas sensações de tônus, regidas pela força do enrolamento, que nos permitem deslocar de um lado para o outro e de cima para baixo. Partindo da posição do exercício número 1, peça para que o aluno leve adiante o braço direito, torcendo o corpo na mesma direção. Ao mesmo tempo, alongue opostamente a perna direita. Retorne à posição inicial e repita o movimento para o lado esquerdo.



Observação: Por todas essas razões, sempre que montamos um passo coreográfico ou um exercício, vale a pena mudar as direções na sala. O professor pode fazer uma série de brincadeiras, deslocando-se alternadamente para cada um dos oito pontos da sala, representados pela mandala das direções, que já deve ter sido construída internamente pelos alunos. Assim, eles são estimulados a reforçar suas noções de espaço e movimento a partir de suas sensações internas, não dependendo de apoios visuais situados à sua frente ou da observação do colega.



É possível que alguém se indague: eu não tenho nenhum desses conhecimentos, mas, mesmo assim, consegui construir noções de direita, esquerda, frente e trás; então, por que preciso retroceder e reformular minhas sensações motoras? Mas será que o sentido de orientação da pessoa que fez essa pergunta se formou verdadeiramente a partir de sensações internas, musculares? É preciso entender que são essas bases que nos ajudam a conceituar todo o resto. Se não alicerçarmos nossas sensações nesses fundamentos, corremos o risco de dar um salto no escuro, a partir de um trampolim inexistente. O movimento é, enfim, a ponte para outras estruturas, sejam elas psíquicas, sejam afetivas, sejam espirituais.



Espaço Exterior – Vínculos com o Hábitat

**Cléo Regina Miranda
e Nilza Assumpção Veronesi**

Em 2003, nasceu um projeto concebido com muito cuidado para ajudar na formação psicomotora, intelectual e criativa de um grupo de jovens oriundos de diversos cantos da cidade de São Paulo: o Dança Comunidade. A proposta aparentemente simples, de agrupar adolescentes vinculados a algumas ONGs, proporcionando-lhes vivência e desenvolvimento pessoal, trouxe consigo uma grande complexidade. Desde o início, o trabalho revelou-se um verdadeiro desafio para idealizadores, profissionais e participantes, pois reunir jovens, que apresentam tamanha diversidade racial, religiosa, cultural e social, num mesmo espaço de convivência e aprendizado, todos voltados para a realização de um trabalho criador, é no mínimo, instigante.

O projeto saiu do papel e deu seus primeiros passos nas ruas de alguns bairros das regiões leste, norte e sul da cidade. A equipe de produção procurou algumas ONGs, levando informações e o convite para a participação de arte-educadores e alunos que estivessem envolvidos com dança e/ou música.

De imediato, a convivência diária mostrou a triste realidade da desigualdade social existente na cidade de São Paulo e a falta de recursos que impedem uma criança de ter suas necessidades básicas atendidas.

O trabalho no Dança Comunidade foi uma experiência inédita para nós, profissionais das áreas de educação e serviço social. Juntas, permanecemos atentas às necessidades dos jovens para que o projeto pudesse acontecer, dando oportunidade de capacitação profissional e desenvolvimento pessoal.

Nosso objetivo era fornecer retaguarda, apoio e acompanhamento aos participantes, garantindo que todo o planejamento das atividades caminhasse sem muitos problemas. Ajudar os participantes a superar obstáculos, ouvi-los, avaliar suas queixas e sugestões e também fazê-los olhar para si próprios, para frente e para os lados, percebendo que o mundo não se reduz às suas casas, escolas, ONGs, mas se estende a muitos outros espaços, e que há inúmeras maneiras de desenvolver suas potencialidades – essa foi nossa tarefa constante, a qual gostaríamos de relatar em seguida, aproveitando a oportunidade para sugerir ações que podem ser implementadas por profissionais envolvidos em atividades semelhantes à nossa.

O projeto englobou 15 arte-educadores e seus alunos, reunindo inicialmente 66 participantes, ao todo. A idade variou de 11 a 31 anos (alunos e monitores), em sua maioria adolescentes cursando o ensino médio e provenientes de famílias cujas mães e avós assumem a figura paterna. Suas moradias são simples, localizadas em bairros periféricos e habitadas, em média, por cinco pessoas. Alguns participantes se desligaram do projeto devido a vários fatores: colocação profissional remunerada, dois casos de gravidez precoce, problemas de saúde e, em alguns casos, por falta de atenção e disciplina para o trabalho.

As atividades se desenvolveram no SESC Belenzinho, zona leste da Capital, de quarta a domingo, com duração média de cinco horas diárias. Tínhamos a incumbência de "olhar atentamente" para tudo o que ocorria naquele espaço, durante toda a trajetória do projeto. Também faziam parte de nossa rotina: a elaboração de formulários, de fichas de identificação, questionários e circulares, além de reuniões, telefonemas e contatos com familiares.

Uma das primeiras providências a serem tomadas, num projeto como esse, é entrevistar os participantes, a fim de obter informações que permitam mapear o grupo. Dessa forma, pode-se conhecer o universo da cada um, suas famílias, seus hábitos, moradias e suas expectativas sobre a montagem do espetáculo. Conhecer a realidade social de cada jovem torna-se imperativo quando se pretende fazer o grupo caminhar harmonicamente, respeitando a privacidade e individualidade, e propiciando uma retaguarda para que o projeto flua com o mínimo de contratempos.

O profissional precisa identificar as necessidades do grupo referentes a problemas escolares, de saúde e de comportamento, assim como eventuais encaminhamentos e contato com familiares quando necessário. Nosso maior

compromisso era com o bem-estar individual e do grupo ali reunido pela primeira vez. Afinal, os participantes passariam meses convivendo no mesmo espaço, recebendo novas informações e fazendo parte de um espetáculo cuja metodologia de aprendizado lhes era, até então, desconhecida.

Nas primeiras entrevistas, ficou evidente um pouco de desconforto entre os adolescentes. A maioria não estava acostumada a fornecer informações sobre suas próprias vidas, o que normalmente era feito pelos responsáveis. O local das entrevistas, em princípio, também não se revelou apropriado, o que contribuiu para certa dose de inibição geral.

Esse problema inicial foi logo superado. Com o máximo respeito à privacidade de cada um e a tudo o que nos estava sendo dito, o perfil dos participantes aos poucos foi sendo delineado. Uma boa idéia, quando se realiza uma tarefa como essa, é anexar, ao conteúdo das entrevistas, informações obtidas por intermédio de pequenos questionários preparados com a finalidade de observar a grafia e forma de expressão escrita.

Com base nas respostas aos questionários, também foi feito um rápido levantamento para avaliar as vantagens do transporte coletivo no deslocamento, dos participantes, de suas casas e ONGs até o local das aulas. Em nosso caso, decidiu-se que alguns dos jovens poderiam utilizar *vans* contratadas, enquanto outros, por não poderem agrupar-se no mesmo bairro, passaram a receber vale-transporte para ônibus, metrô ou trem.

Quando, acompanhados pelos arte-educadores, os jovens começam a chegar ao local combinado, para as aulas e ensaios, a equipe de produção deve recebê-los e orientá-los para as atividades do dia. As necessidades básicas de alimentação não podem ser negligenciadas. Em nosso caso, todos os dias servia-se um lanche balanceado e, nos fins de semana, além do café da manhã, um almoço completo.

Recomendamos que se faça uma apresentação informal dos arte-educadores para os alunos. Percebemos que essa atividade favoreceu o crescimento da auto-estima dos primeiros que, ao demonstrarem suas habilidades, sentiram-se valorizados e fortalecidos profissionalmente. Passado algum tempo, as famílias dos alunos também se mostraram curiosas sobre o trabalho realizado e passaram a fazer perguntas sobre o local e o conteúdo do projeto. Sentimos a necessidade de trazê-las para uma conversa, que ocorreu após uma pequena demonstração do que já havia sido ensaiado e antes de um almoço de confraternização.

Aos poucos, as necessidades do projeto começam a demandar nossa atenção e empenho. Alguns desejos e necessidades dos participantes foram respeitosamente avaliados e colocados em prática, dentro do possível, com o fito de proporcionar bem-estar e conforto.

Informações sobre a rotina, queixas em relação à saúde, problemas escolares, faltas aos ensaios são algumas das situações com que nos deparamos diariamente. Alguns dos alunos também podem apresentar dificuldade para expressar-se com clareza, para prestar atenção em recados, ou então simplesmente esquecem-se de algo que lhes é solicitado (um documento, por exemplo). Todos esses elementos passam a fazer parte do cotidiano, compondo um quadro que permite mapear a realidade com a qual se está trabalhando.

Para que todo o trabalho possa se desenvolver com sucesso, se faz necessário conscientizar os *monitores* (como passamos, então, a chamar os arte-educadores) do seu papel de educador. Numa primeira reunião, reiteramos o que se esperava deles: liderança, muito trabalho com os alunos e tomada de decisão no momento oportuno. Contudo, discutir como seria, na prática, o papel do monitor desde o início dos ensaios mostrou-se uma tarefa difícil devido a vários fatores: a faixa etária heterogênea (composta de muitos adolescentes), a pouca experiência que alguns apresentavam, a diversidade da formação profissional e de nível socioeconômico e cultural.

Embora, no espaço das aulas, a condição dos monitores seja a mesma que a dos alunos, ou seja, a de um participante introduzido numa técnica de trabalho corporal inteiramente nova, esperávamos deles uma colaboração especial, do acompanhamento no transporte oferecido pela equipe às questões educacionais. Considerávamos o monitor um "facilitador", uma ponte entre os "meninos" (como passamos a chamar os alunos) e a equipe. Eles também tinham a tarefa de dar continuidade a esse trabalho em suas ONGs de origem, como multiplicadores do método de reeducação do movimento.

Uma especialista na área de lingüística nos forneceu assessoria sobre como deveríamos conduzir reuniões em grupo com os monitores, a fim de discutirmos a importância do papel deles junto ao grupo de alunos. Partimos do pressuposto de que não eram claros, para todos, o significado da função a eles atribuída, nem as habilidades que a equipe gostaria que fossem desenvolvidas para o progresso do trabalho.

A falta de experiência profissional, o fato de muitos monitores serem adolescentes e a novidade do trabalho proposto eram fatores a serem levados em consideração no planejamento das atividades em grupo. Refletiu-se sobre qual seria a melhor maneira de discutir essas questões de forma prática e agradável, sem a exigência da desenvoltura oral, uma vez que já havíamos percebido que alguns tinham dificuldades para se expressar individualmente e em grupo. Sabíamos, portanto, que se tratava de um trabalho urgente, mesmo que desconfiássemos que os benefícios só viriam a longo prazo.

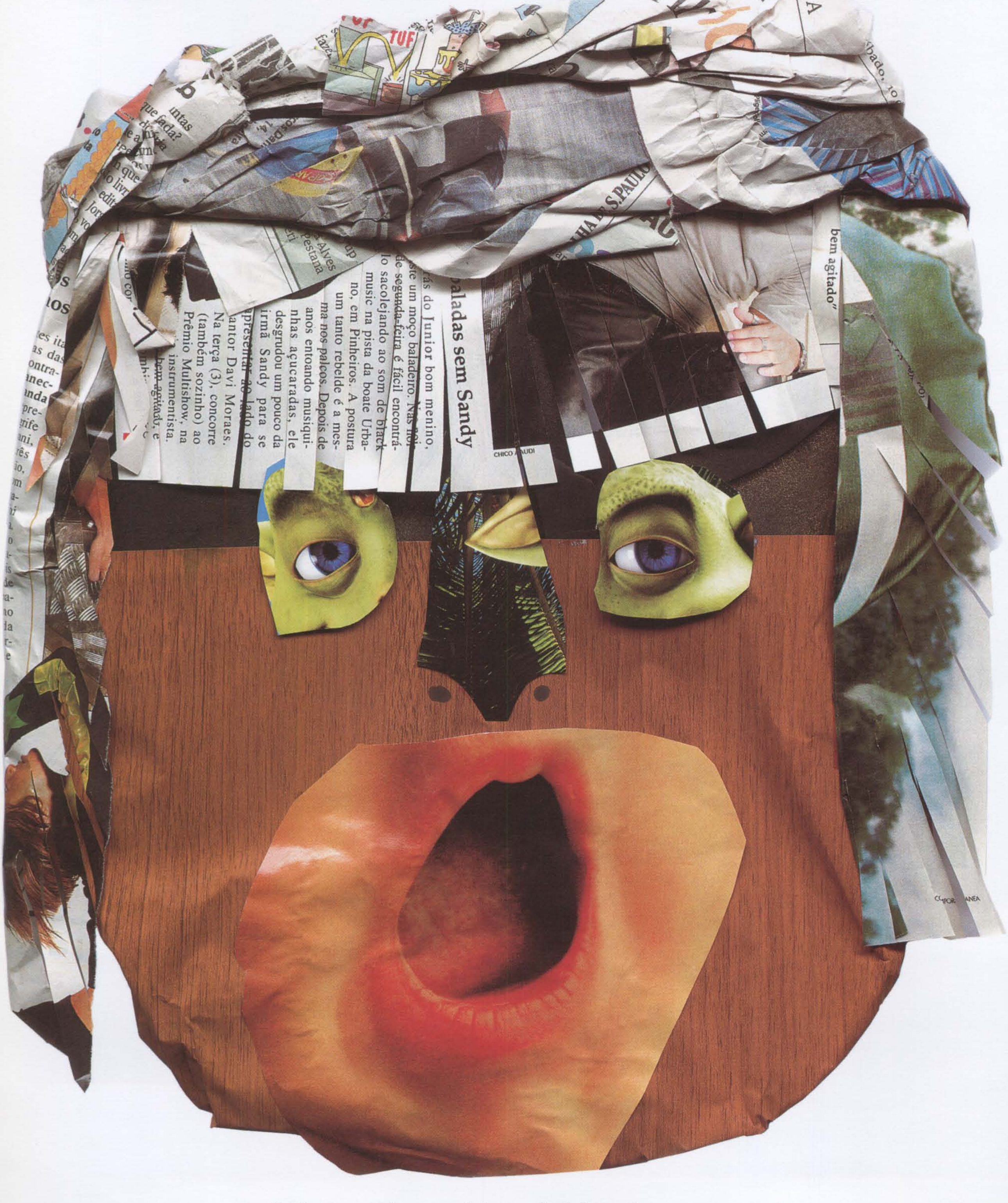
Foram realizadas três sessões, uma por semana, ocupando um outro espaço, para que não se interrompesse o ritmo dos ensaios. As dinâmicas englobaram o uso de material para recorte, colagem, confecção de máscaras, cartazes e também recursos audiovisuais. O tema de fundo foi a importância e a responsabilidade que cada um assume quando se propõe a ensinar algo a alguém. Afinal, cumprir o papel de educador não é apenas ensinar uma técnica, mas ter o olhar voltado para o cidadão como um todo. Ouvir, dar atenção, tocar, sorrir, ter paciência, ser solidário, acreditar, respeitar as diferenças, ter flexibilidade diante das diferentes situações: esses aspectos, fundamentais na reflexão sobre o papel do educador, devem fazer parte do cotidiano dos monitores, durante todo o processo.

Na primeira reunião, pedimos para que cada monitor falasse da importância dada a um objeto trazido de casa e, então, de sua trajetória como arte-educador na ONG. Em seguida, abordamos o tema dos direitos dos adolescentes. Nesse momento, pode-se dividir a turma em subgrupos de trabalho, para a elaboração de códigos propostos por eles. Foi o que fizemos. Como resultado, montou-se um grande painel escrito, onde foram reunidas reivindicações comuns a todos, e que foi pendurado na sala de ensaios.

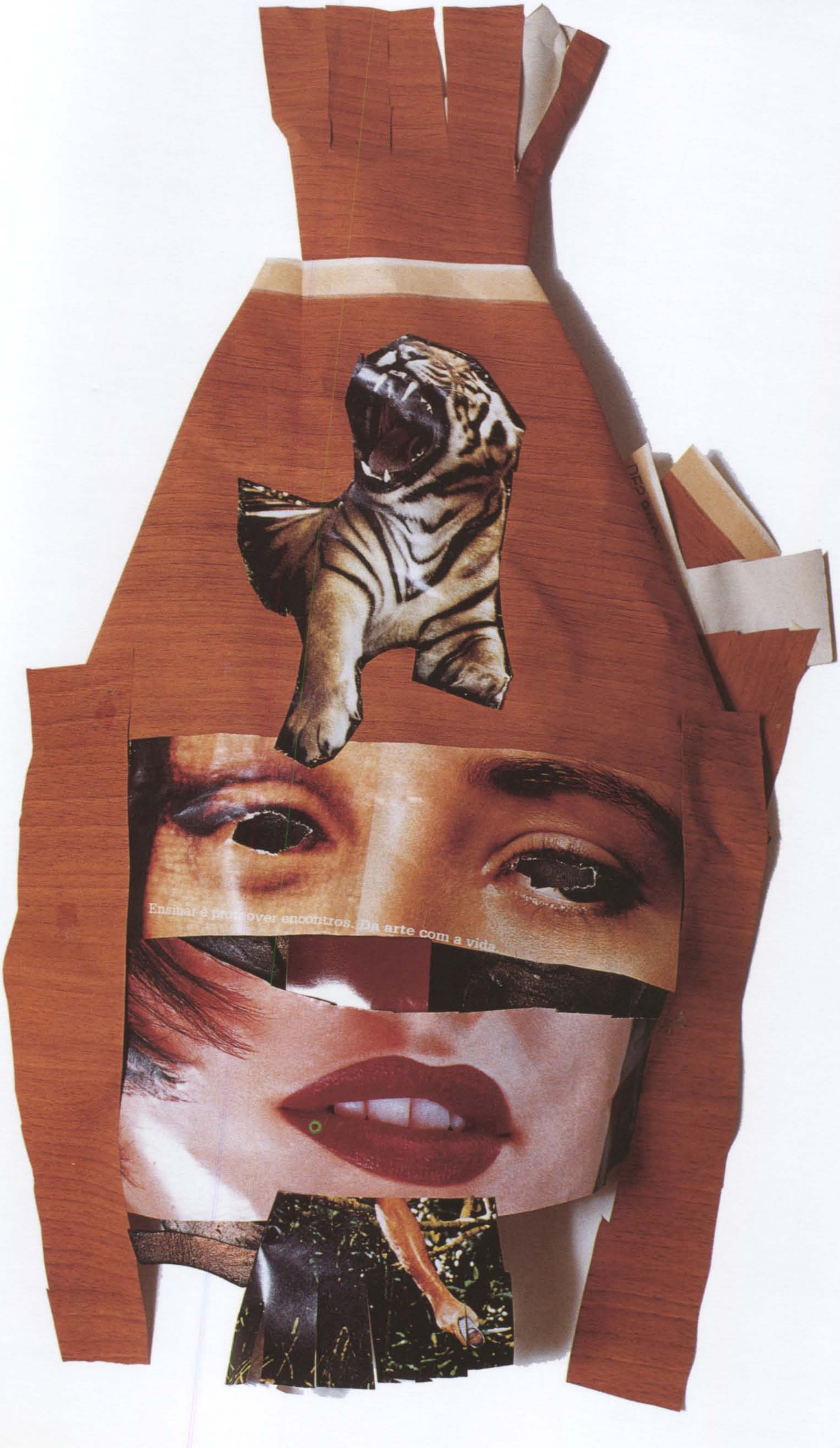
Na segunda reunião foram trabalhadas questões referentes a ordem, colaboração, atenção e individualidade. Entregamos ao grupo a letra de uma canção, ouvida ao fundo, mas com lacunas e estrofes desordenadas. Além de organizar o texto, os subgrupos foram encorajados a criar uma nova letra, com a mesma melodia, falando de seu papel de educador.

Por fim, no terceiro e último encontro, discorremos sobre os diferentes papéis que somos obrigados a assumir na vida e a responsabilidade que eles nos impõem. Tal como fizemos, o professor pode propor a dramatização de um evento marcante, ocorrido no cotidiano entre arte-educador e aluno. Sugerimos que eles usassem máscaras de jornal, confeccionadas na hora por eles mesmos. *(ver páginas 82 e 83)*.

Vencida esta etapa, o próximo passo foi a realização de atividades em conjunto com os alunos, que já vinham reivindicando a sua participação. Convém ressaltar que qualquer atividade ou novidade introduzida no grupo deve ser explicada passo a passo. Em nossa experiência, vimos que houve um grande interesse: todos os alunos permaneciam sentados no chão, em silêncio, para ouvir, perguntar e opinar.


baladas sem Sandy
rás do Junior bom menino,
ste um moço baladeiro. Nas noi
de segunda-feira é fácil encontrá-
lo sacolejando ao som de black
music na pista da boate Urba-
no, em Pinheiros. A postura
um tanto rebelde é a mes-
ma nos palcos. Depois de
anos entoando musiqui-
nhas açucaradas, ele
desgrudou um pouco da
irmã Sandy para se
apresentar ao lado do
cantor Davi Moraes.
Na terça (3), concorre
(também sozinho) ao
Prêmio Multishow, na
instrumentista.
bem agitado, e
bem agitado”
CHICO AUDI
S.PAULO
HA

Máscaras de papel jornal, feitas durante o projeto.


Ensinar é promover encontros. Da arte com a vida.

A partir das dinâmicas postas em prática com os monitores e do contato diário com os "meninos", trabalhar a linguagem oral passa a ser a prioridade. Foi comprovada a necessidade da presença da mesma lingüista que nos deu assessoria junto aos monitores, com o propósito de elaborar atividades que ajudassem a desenvolver a expressão verbal, o que foi feito de maneira agradável e divertida[1]. Todos os participantes ficaram curiosos e excitados com a novidade. Pelas reações deles, percebemos um grande crescimento individual e do grupo como um todo, reforçando nossa intuição inicial de que todos careciam de atenção e precisavam de oportunidade para mostrar seu potencial.

Outra importante faceta do trabalho está relacionada ao setor da saúde. Na rotina diária, que envolve a intensificação do ritmo das aulas e dos ensaios, sempre ocorrem pequenos acidentes durante os exercícios, além de algumas queixas de dores ou de indisposição. Para solucionar esses contratempos, pode-se recorrer a um hospital próximo, com o qual (como fizemos) firma-se um convênio para emergências, consultas, exames de laboratório e de imagem.

A cada pedido de medicação, o participante deve ser entrevistado no intuito de investigar a real dimensão do problema. É aconselhável que se façam perguntas como: Você se alimentou hoje? O que comeu? Veio direto da escola para cá? Costuma ter essa dor sempre? Já foi ao médico? Já tomou alguma medicação?

Notamos que as queixas mais freqüentes eram dor de cabeça, dor de garganta, de dente, febre, tosse, bronquite, dores musculares, pequenas contusões, resfriados e cólicas menstruais. Nossa meta era a de que todos fossem submetidos a um exame clínico. Era visível que alguns participantes careciam de cuidados maternos e que muitas reclamações relacionavam-se à necessidade de atenção. Esses episódios cotidianos foram anotados e encaminhados para uma equipe médica, que foi chamada especialmente para assisti-los. Ressaltamos que a presença dos médicos, para atividades de consulta individual e para a condução de conversas em grupo sobre saúde e sexualidade, já estava prevista na elaboração do projeto[2].

---

[1] Veja o artigo de Maria Inês Batista Campos, na página 89.

[2] Veja o relato e as orientações dos médicos, ligados ao Projeto Quixote, da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), na página 101.

O corpo médico deparou-se com os participantes agitados, impacientes e eufóricos com a novidade. De modo espontâneo, fizeram fila para a consulta. Foi preciso organizá-los em pequenos grupos de espera. Todos foram ouvidos e avaliados com muita atenção. Alguns meninos foram encaminhados para realização de exames de laboratório ou de imagem, e também para consulta especializada. Os médicos contaram com um pequeno relatório que lhes entregamos com informações sobre a composição familiar, dados de escolaridade, observações sobre comportamento, queixas quanto a problemas de saúde.

Mesmo antes da chegada dessa equipe, procuramos orientar cada participante sobre a procura de um recurso médico na comunidade e também sobre a possibilidade de atendimento no hospital conveniado. Cada encaminhamento simbolizava um exercício de cidadania, à medida que se incentivava a luta pelo direito ao atendimento digno. Em alguns casos, contamos com a ajuda de um fonoaudiólogo voluntário.

Ainda no setor da saúde, percebemos que muitas das queixas dos jovens envolviam problemas dentários. Por isso, conseguimos que eles fossem enviados para avaliação e tratamento odontológicos. O atendimento ocorreu no mesmo prédio onde se realizavam os ensaios, o que ajudou bastante, pois não demandou que eles se deslocassem para locais distantes e não interrompeu o andar das aulas. Uma escala com datas e horários era divulgada com antecedência. Uma boa idéia é reforçar a importância da escovação correta, da pontualidade e da atitude de cordialidade com os profissionais. Vale a pena reforçar esses cuidados na véspera, para que o atendimento seja prontamente agilizado.

Também aconselhamos a realização de dinâmicas de grupo junto com a equipe médica. Em nosso caso, efetuamos quatro dinâmicas com assuntos previamente determinados, fundamentados na realidade dos participantes.

Os meses de convivência possibilitados pela realização desse trabalho levaram-nos a permanecer muitas horas no local das aulas, no mesmo espaço, e acabamos ficando por vezes à disposição para eventuais contatos ou entrevistas. A conversa informal ajudou a estreitar nossos laços com os jovens, a reforçar a confiança mútua e a cumplicidade. Aos poucos, os "meninos" começaram a aproximar-se para "conversar" sobre algo que os preocupava, para esclarecer dúvidas escolares, relatar problemas com algum familiar etc. Aproveitamos todas as oportunidades para observá-los e ajudá-los quando necessário.

Vindos de diferentes bairros carentes de São Paulo, os professores e seus alunos formaram um grande grupo, unidos ali pelo mesmo interesse, experimentando algo novo em suas vidas. Ampliação do universo pessoal; exercício da cidadania; conhecimentos sobre o próprio corpo; a importância de conceitos como dividir espaço, esperar, ser ouvido, falar de si, falar por meio do gesto: essas foram as marcas dos muitos meses que passamos ali.

O caráter às vezes assistencial do projeto está relacionado ao entendimento de que, para exigir a participação adequada de todos, precisamos dar condições para que isso se concretize. Muitas vezes são necessidades fundamentais que precisam ser respeitadas: alimentação, saúde, locomoção etc. Organizar uma pequena caixa com livros e revistas doados, por exemplo, pode servir de biblioteca para momentos de leitura, mesmo quando timidamente desfrutados. A pequena biblioteca que montamos para eles simbolizou, em nosso caso, o zelo e a atenção que lhes dedicamos.

A observação cotidiana revelou comportamentos diferentes: um menino que estava com um novo corte de cabelo, outro garoto que manifestou desagrado em relação ao colega, um lanche foi descartado, um olhar que se fixou de forma mais triste, um pedido de medicamento. Enfim, qualquer sinal era valioso, porque era preciso estar atento ao que cada corpo dizia e ao que cada história contava.

Convivemos muitas horas com os participantes. Andamos de pés descalços no local dos ensaios, sentamos no chão em roda durante as reuniões, ouvimos histórias, choros, reclamações, compartilhamos refeições, organizamos passeios, demos bronca, recados, avisos, cuidamos da documentação de cada um, elaboramos lista dos ajudantes de limpeza diária, acompanhamos alguns ao pronto-socorro, providenciamos curativos, elaboramos o cardápio semanal, orientamos os ajudantes da produção, distribuímos passes para transporte, elaboramos circulares, cartas etc.

Exige-se muita disciplina interna para manter a distância necessária à intervenção profissional, sem incorrer, no entanto, em perda de sensibilidade e afeto, diligências de que os meninos tanto precisam. Olhar o grupo dançando, perceber o crescimento da criança, notar a barba discreta lentamente despontando, o corpo das jovens gestantes tomar forma, perceber que o desatento ficou atento, que o triste se alegrou, que a coreografia ganhava vida, que os gestos se tornavam delicados e precisos, que a música e os movimentos invadiam cada um com firmeza: tudo isso faz um trabalho como este transformar-se numa oportunidade inédita, surpreendente.

Nos bastidores, antes do ensaio, testemunhamos a liberdade da risada solta, a dança sem compromisso, a música da moda, a coreografia já estudada, a improvisada, histórias, perguntas, namoricos, olhares. O projeto teve um corpo, com cérebro para criar, braços para abraçar, pernas para correr rápido e coração para acreditar...

Cléo Regina Miranda é assistente social (PUC/SP), orientadora familiar (Sefam) e historiadora (PUC/SP). Sua experiência profissional concentra-se no setor de saúde, educação e distúrbios da comunicação. Também realiza pesquisa histórica na área cultural.

Nilza Assumpção Veronesi é formada em educação física pela Universidade de São Paulo. Tem 32 anos de experiência no trabalho de educação corporal e como organizadora de atividades interdisciplinares em colégios.

Linguagem Verbal e Interação

Maria Inês Batista Campos

Quando um professor de português, consciente de que a linguagem incorpora práticas sociais da cultura em que as pessoas se movem, deseja ampliar a capacidade de expressão verbal em um grupo de jovens que já se serve da dança para essa finalidade, a primeira pergunta que faz é: quais são os procedimentos didáticos capazes de motivá-los a participar de uma atividade envolvendo linguagem oral, na qual eles podem se capacitar para os diversos tipos de interação verbal do dia-a-dia?

Três aulas depois, os jovens do projeto Dança Comunidade mostraram que se envolveram nas propostas que lhes apresentamos e lutaram para traduzir em palavras suas vivências cotidianas. Tinham aprendido a usar uma linguagem adequada e a levar em consideração os diferentes contextos em que as interações sociais ocorrem.

Os relatos de suas experiências misturavam-se à ginga, que todos têm no sangue. Nesses momentos, de olhos brilhantes, a voz que, a princípio, saía fraquinha, ganhava força e, diante de nós, a menina tímida se fazia jornalista, o grafiteiro ganhava ares de publicitário, os cidadãos dançantes enfim apareceram defendendo suas idéias com clareza e aprendiam mais uma lição: pega mal não falar bem.

E o que falar bem significa?

Pela forma de falar de uma pessoa, geralmente sabemos seu nível cultural, se ela vive na cidade ou no campo e a que grupo pertence. Por meio da linguagem, podemos descobrir se uma pessoa é racista, educada; a forma de falar mostra quem somos, nossas idéias e posições políticas ou religiosas. Falar bem é saber expressar-se para defender seu ponto de vista, mas não é somente com palavras que falamos; também os gestos e os diferentes tons de voz revelam nossa maneira de falar.

Os adolescentes reunidos no SESC Belenzinho compreenderam rapidamente que, dependendo do contexto em que se encontram, precisam utilizar linguagens diversas. As práticas sociais organizam as diferentes linguagens: essa foi a proposta desenvolvida com os alunos.

COMO TUDO COMEÇOU?

A proposta consistiu em ampliar o repertório lingüístico desses jovens de modo a permitir um desenvolvimento adequado da expressão verbal. A partir de várias situações cotidianas como assistir à televisão, ouvir rádio e ler anúncio publicitário, as atividades foram planejadas. Um dos eixos norteadores foi a criação de situações concretas de intercâmbio verbal (que duraram 90 minutos, para cada projeto), em que se solicitavam produções de textos e atividades de socialização.

A *programação* desenvolvida teve a seguinte seqüência: *redação de notícia* de primeira página de jornal; *produção de um programa de rádio* com a duração de cinco minutos; *produção de um anúncio publicitário.*

Para viabilizar esses projetos, trabalhamos com cinco etapas:

a) *sensibilização para a atividade*: uma das músicas do repertório conhecido dos alunos começava a tocar alto; ao reconhecê-la, assumiam a postura de começar a trabalhar;

b) *início de leitura coletiva*: momento de fazer uma leitura do mundo e expressar oralmente a compreensão do que viam ou escutavam;

c) *análise de cada texto na sua específica esfera de circulação*, com discussões sobre:
- composição dos textos (tendo em vista o leitor / interlocutor da situação),
- linguagem utilizada,
- forma de apresentação dos diferentes textos (verbais, auditivos e visuais);

d) *proposta de trabalho em grupo para produção de textos*, favorecendo a oportunidade de os alunos se manifestarem (os tímidos sentem-se mais à vontade para participar da atividade, pois podem encarregar-se de outras tarefas, como a criação de desenhos e o preparo do espaço de apresentação);

e) *apresentação dos trabalhos para o grupo todo*, possibilitando uma interação entre todos os integrantes do projeto. A experiência mostrou que a apresentação oral em público foi uma excelente prática, porque sempre havia o jovem que gostava de falar em público e se expressava com clareza. Essa prática acabou estimulando os demais a fazerem apresentações orais bem feitas.

Segundo nosso ponto de vista, esta última etapa é muito importante, devido ao crescimento que ocorre durante o processo de apresentação: o primeiro grupo aparece tímido e com vergonha do seu material; mas, à medida que ganhava estímulo, adquiria confiança na produção realizada. No final de cada apresentação, fizemos uma breve análise ressaltando os aspectos positivos e apontando aqueles que podiam ser explorados. Imediatamente, os outros grupos se reorganizavam e a apresentação seguinte melhorava sensivelmente. Dessa maneira, os grupos obtiveram um resultado excelente, uma vez que todos vão aprendendo juntos.

Faça um Gol de Cidadania
Seja um voluntário da
FUNDAÇÃO
Gol de Letra
O PLANETA ESTÁ
EM SUAS
MÃOS
AFILIE-SE
FONE 2361
ACESSE goldeletra.org.br.
Fundação
GOL DE LETRA
OPEL

PRIMEIRA ATIVIDADE: REPÓRTER EM AÇÃO

O objetivo desta prática é a produção de uma notícia de primeira página de jornal, com fotos e legenda a serem apresentadas para um jornal impresso. Como preparar os alunos para esta atividade?

De início, propusemos que eles imaginassem um convite para serem repórteres em uma redação de jornal. Como fazer? Para que eles pudessem compreender as linguagens (verbal e visual) que circulam nas diferentes mídias, pedimos que dois voluntários dessem prosseguimento a um texto que começava com *"Era uma vez..."*. Imediatamente, os alunos perceberam que a proposta era para contar uma história. Esclarecemos, então, que a produção dos textos depende da situação em que temos de nos reportar a nossos interlocutores.

Essa primeira etapa é fundamental para que se possa *apreciar a situação dos participantes* e sua relação com eles. Os alunos imediatamente percebem que tipo de história eles podem contar, considerando os interlocutores.

Comparação Entre Notícias de Dois Telejornais Noturnos (Gravados Previamente)

Assistimos a dois "jornais falados" na televisão, escolhidos segundo determinados critérios: dois noticiários veiculados no mesmo dia e no mesmo período (jornal da noite, por exemplo) em canais diferentes; a gravação foi feita a partir das vinhetas de abertura, e conteve, no máximo, três notícias apresentadas na abertura do telejornal.

Vimos o primeiro noticiário e depois discutimos os assuntos apresentados: a postura dos apresentadores, enfoque dado ao assunto e análise da linguagem usada. O mesmo ocorreu com o segundo noticiário. Em seguida, estabelecemos uma comparação entre os dois jornais falados, apontando as diferenças e semelhanças das equipes jornalísticas quanto ao uso da expressão verbal e visual.

Nesta etapa, é importante apontar o papel poderoso da mídia na construção e desconstrução das figuras públicas, e levar em consideração que se está diante de uma comunicação oral, face a face, mas diferente da vivenciada no início da atividade (contar história para os colegas). Os alunos tomaram consciência do que viam e comentavam que nunca tinham pensado nas diferenças e nas posições implícitas que estavam analisando.

O passo seguinte foi analisar a composição de uma primeira página do jornal *Folha de S.Paulo*, do dia 8 de setembro de 2003. Apresentamos uma seqüência de quatro transparências:

- primeira página inteira do jornal;
- uma foto com legenda;
- outra foto com legenda e
- união de texto verbal e visual.

Começamos considerando o espaço de circulação da notícia (*Folha de S. Paulo*), o dia após as cerimônias oficiais de comemoração ao 7 de setembro (Independência do Brasil); e analisamos a forma de produção dos textos verbais e visuais, discutindo para que tipo de leitor as informações foram dirigidas.

Passamos a explicar que o *gênero jornalístico notícia* tem por objetivo informar o fato comprovado e relevante. Em seguida, analisamos a notícia publicada, apresentando os quatro componentes básicos, articulados pela diagramação da página, que são:

– *Um título*: "CNBB vê tensão 'prestes a explodir'". O destaque aparece pelo tamanho das letras e a explicação segue em letra menor: "Em ato do 7 de setembro interrompido por protesto, d. Geraldo Majella diz que conflitos do país são 'panela de pressão'".

– *Duas fotos coloridas*: em cima está o presidente da República, sua esposa, o vice-presidente e sua esposa, e outros rostos sorrindo com olhar de admiração para o que vêem: a Esquadrilha da Fumaça, como esclarece a legenda; embaixo, está a foto de estudantes em confronto com a polícia, como explica a legenda.

– Ao lado, há *uma seqüência verbal* que esclarece o assunto da segunda foto, fazendo um detalhamento do ocorrido no desfile do 7 de setembro em Salvador.

Os alunos observaram como a construção da notícia se dá não apenas pela seqüência verbal, mas pela maneira de apresentar o acontecido. Notaram que a unidade estava articulada entre as partes, uma vez que o leitor ficava informado da atitude do governo federal na cerimônia ocorrida em Brasília, destacada pelo visual, e pelo ocorrido em Salvador, que ganhou destaque na imagem e no texto.

Mostramos aos alunos que a composição entre o texto visual e o verbal indica uma postura opinativa por parte do jornal, pois coloca as fotos uma embaixo da outra, levando o leitor a entender que o governo não está olhando para o que acontece nas cidades brasileiras, como Salvador.

Os elementos verbo-visuais recontam os fatos sob dois pontos de vista: o do governo e o do povo. No entanto, essa composição na primeira página é feita pela imagem, pois a notícia se propõe a informar, e não a polemizar.

Concluída às 23h

FOLHA DE S.PAULO

São Paulo, segunda-feira, 8 de setembro de 2003

DIRETOR DE REDAÇÃO: OTAVIO FRIAS FILHO ★ ★ ★ UM JORNAL A SERVIÇO DO BRASIL ★ ALAMEDA BARÃO DE LIMEIRA, 425 ★ ANO 83 ★ Nº 27.186 ★ R$ 2,20

RESULTADOS DA RODADA

Colômbia	1 × 2	Brasil
Uruguai	5 × 0	Bolívia
Peru	4 × 1	Paraguai
Argentina	2 × 2	Chile
Equador	2 × 0	Venezuela

Roddick, 21, vence o Aberto dos EUA

Pág. D5

Jorge Araújo/Folha Imagem

Com Alex, Zé Roberto e Rivaldo, Ronaldo comemora seu gol, o primeiro da vitória da seleção contra a Colômbia

Seleção vence com gols de Ronaldo e Kaká

A seleção brasileira venceu a Colômbia, por 2 a 1, no primeiro jogo das eliminatórias da Copa. Ronaldo abriu o placar aos 23 minutos do primeiro tempo. Aos 16 minutos do segundo, deu o passe para Kaká —em seu primeiro lance na partida— assegurar a vitória.

A equipe volta a jogar pelas eliminatórias na quarta-feira, em Manaus, contra o Equador. **Pág. D1**

Em ato do 7 de Setembro interrompido por protesto, d. Geraldo Majella diz que conflitos do país são 'panela de pressão'

CNBB vê tensão 'prestes a explodir'

Lula Marques/Folha Imagem

Em Brasília, Marisa, Lula e José Alencar assistem às acrobacias da Esquadrilha da Fumaça nas comemorações da Independência

O presidente da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, d. Geraldo Majella Agnelo, comparou os conflitos sociais do país a "uma panela de pressão prestes a explodir". Para o arcebispo de Salvador, "a pobreza está à vista de todos". Ele fez as declarações após assistir ao desfile de 7 de Setembro na capital baiana, interrompido por protesto de aproximadamente 1.200 estudantes.

A eles juntaram-se cerca de 3.000 sem-terra que participavam do Grito dos Excluídos, evento promovido anualmente por entidades civis e religiosas, entre elas a CNBB. Segundo os organizadores, 2 milhões de pessoas teriam participado de atos em todo o país.

Em Salvador, também camelôs, ativistas homossexuais e de comunidades negras foram às ruas. Os estudantes voltaram a reivindicar que a prefeitura não aumente a *tarifa* de ônibus, motivo de protestos que, na semana passada, deixaram um morto. **Págs. A4 e A5**

Edson Ruiz/Folha Imagem

Em Salvador, cerca de 1.200 estudantes forçam o bloqueio policial para se reunir ao Grito dos Excluídos no desfile de 7 de Setembro

Bush vai à TV para defender ação dos EUA no Iraque

O presidente dos EUA fez na TV enfática defesa da ação americana no Iraque e afirmou que gastará "o que for necessário" para alcançar uma "vitória indispensável". George W. Bush disse que espera obter mais US$ 87 bilhões para as operações no Iraque e no Afeganistão. Cobrou participação maior da ONU no pós-guerra.

A campanha no Iraque foi comparada à ação dos EUA no Japão e na Alemanha depois da Segunda Guerra. A atuação do governo *é* duramente criticada pelos pré-candidatos oposicionistas à eleição presidencial de 2004. **Pág. A8**

Dois mísseis foram disparados, sem sucesso, contra avião dos EUA que decolava de Bagdá. **Pág. A8**

EUA esquecerão o 11 de Setembro, ameaça Al Qaeda

Uma gravação atribuída à rede terrorista Al Qaeda diz que novos atentados dentro e fora dos EUA serão devastadores a ponto de "fazer os americanos esquecerem o 11 de Setembro". A organização assumiu a autoria dos ataques que mataram quase 3.000 pessoas em 2001.

A fita foi divulgada por uma TV dos Emirados Árabes Unidos. É a sexta gravação com ameaças atribuídas à Al Qaeda veiculada neste ano. **Pág. A9**

Arafat escolhe moderado para suceder premiê

O presidente da Autoridade Nacional Palestina, Iasser Arafat, indicou o presidente do Parlamento, Ahmed Korei, como sucessor de Mahmoud Abbas, premiê demissionário.

Considerado um moderado, Korei, que ainda não respondeu ao convite, poderia ajudar a romper o impasse no plano de paz patrocinado pelos EUA. Ontem, Israel voltou a atacar o grupo terrorista Hamas, que prometeu vingança. **Pág. A10**

ISSN 1414-5723

27186

Decreto de Lula manda escola erguer bandeira

Decreto do presidente Lula determina que as escolas do país façam o hasteamento da bandeira nacional uma vez por semana. A prática, adotada no regime militar, caiu em desuso a partir da redemocratização.

O primeiro Sete de Setembro do governo Lula atraiu 50 mil pessoas, segundo a PM de Brasília. A população foi mantida afastada do presidente. **Pág. A6**

Energia que sai das privatizadas custa mais caro

Clientes das distribuidoras de energia privatizadas da região Sudeste pagam mais do que os clientes das estatais, principalmente da região Norte.

As tarifas de energia elétrica para consumidores residenciais variam mais de 70% de acordo com a região do país. As cinco maiores são de distribuidoras privatizadas, e as cinco menores, de estatais. **Pág. B3**

FOLHATEEN

Moda valoriza o que vai para o lixo

Jovens buscam alternativas para o consumo tanto na reutilização como na reciclagem de resíduos. **Págs. 6 e 7**

OPINIÃO

EDITORIAIS

Leia "Plano plurianual", sobre planejamento governamental; "BC versus Fed", acerca de fórmulas econômicas; e "Investimento externo", sobre entrada de capitais. **Pág. A2**

ATMOSFERA **Pág. C2**

☀ Predomínio de sol

Mínima......16°C **Máxima**......30°C

Amanhã: Sol e poucas nuvens

TURISMO

Divulgação

Golfe
é a nova tacada dos resorts

Costão do Santinho (SC) e Terravista Village Trancoso (BA) inauguram seus campos em 2004 e lançam, com outros seis hotéis, o roteiro 'Conheça o Brasil jogando golfe'

Págs. F1 a F8

Reprodução

Montagem mostra golfista executando tacada

ÍNDICE

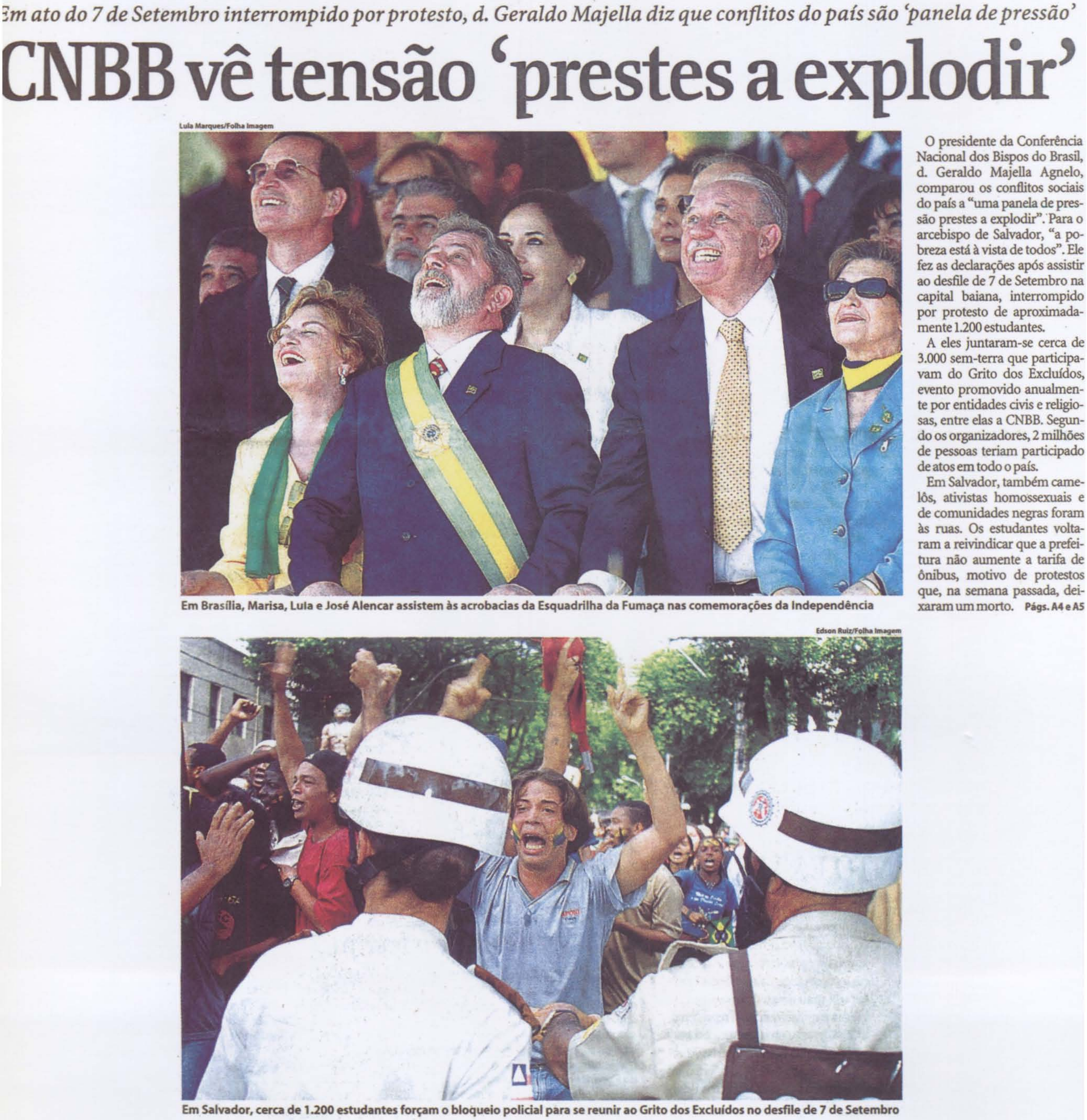
OPINIÃO .... A2 e A3
Erramos A3
Painel do Leitor A3
Tend./Debates A3
BRASIL .... A4 a A7
Entrevista da 2ª A12
Painel A4
MUNDO .... A8 a A10
CIÊNCIA A11
DINHEIRO .... B1 a B8
Seus Fundos B4
Painel S.A. B2
Op. Econômica B2
COTIDIANO .... C1 a C6
Atmosfera C2
Loterias C2
Mortes C4
ESPORTE .... D1 a D6
José Geraldo Couto D5
Painel FC D2
Placar D5
Televisão D2
ILUSTRADA .... E1 a E10
Astrologia E9
Cinema E7
Cruzadas E9
Mônica Bergamo E2
Quadrinhos E9
Televisão E8
TURISMO .... F1 a F12
Hotéis F11
FOLHATEEN .... 1 a 12
Cartas 2
Escuta Aqui 4
Quadrinhos 12
Sexo e Saúde 9

Esta edição tem 66 páginas

Incluem 12 de Folhateen; 12 de Turismo; 2 de Acontece

311.514 exemplares

www.folha.com.br



Em ato do 7 de Setembro interrompido por protesto, d. Geraldo Majella diz que conflitos do país são 'panela de pressão'

CNBB vê tensão 'prestes a explodir'

Lula Marques/Folha Imagem

Em Brasília, Marisa, Lula e José Alencar assistem às acrobacias da Esquadrilha da Fumaça nas comemorações da Independência

O presidente da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil, d. Geraldo Majella Agnelo, comparou os conflitos sociais do país a "uma panela de pressão prestes a explodir". Para o arcebispo de Salvador, "a pobreza está à vista de todos". Ele fez as declarações após assistir ao desfile de 7 de Setembro na capital baiana, interrompido por protesto de aproximadamente 1.200 estudantes.

A eles juntaram-se cerca de 3.000 sem-terra que participavam do Grito dos Excluídos, evento promovido anualmente por entidades civis e religiosas, entre elas a CNBB. Segundo os organizadores, 2 milhões de pessoas teriam participado de atos em todo o país.

Em Salvador, também camelôs, ativistas homossexuais e de comunidades negras foram às ruas. Os estudantes voltaram a reivindicar que a prefeitura não aumente a tarifa de ônibus, motivo de protestos que, na semana passada, deixaram um morto. **Págs. A4 e A5**

Edson Ruiz/Folha Imagem

Em Salvador, cerca de 1.200 estudantes forçam o bloqueio policial para se reunir ao Grito dos Excluídos no desfile de 7 de Setembro

(*Folha de S.Paulo*, 07 set. 2003)

Divulgação das Notícias para Todo o Grupo

Cada grupo de trabalho escolheu determinado jornal (comunitário, de escola, de bairro e de cidade) para considerar a que público-alvo se destinava a produção do gênero notícia, selecionando, a partir daí, que informações eram adequadas ao público e ao veículo.

Os alunos receberam o seguinte roteiro para preparar esta atividade: selecionar notícias que consideravam importantes, em revistas e jornais disponíveis para consulta; redigir o fato de maneira que o leitor possa saber o que realmente aconteceu – quem estava presente? como? quando? onde? nome do jornal; data; manchete e subtítulo que resumissem e apontassem os assuntos, atraindo a atenção do leitor; fotos em cores; legenda; seqüência verbal.

SEGUNDA ATIVIDADE: NAS ONDAS DO RÁDIO

O objetivo foi desenvolver a expressão verbal dos alunos, a partir de exercícios de escuta de notícias transmitidas no rádio, veículo de comunicação eminentemente sonoro.

Seguindo as mesmas etapas de sensibilização, foram gravados previamente dois programas jornalísticos em duas emissoras de rádio que se dirigem a públicos diferentes: um jovem e outro mais adulto. Mantivemos procedimentos semelhantes na análise da linguagem usada nos noticiários e comparamos a situação de produção e de recepção das notícias ouvidas.

Analisamos a linguagem usada pelos radialistas, a organização das notícias, observando a forma de compor os textos: emprego de orações curtas e de um vocabulário simples com o objetivo de veicular informações claras e diretas. Comparamos o radialista que tinha uma dicção mais expressiva e o outro que não pronunciava bem as palavras.

Depois de escutarmos um pedacinho dos dois programas de rádio, os alunos se reuniram em grupo para montar um noticiário informativo da vida nas ONGs. A atividade proposta teve como finalidade preparar uma pauta para que as notícias fossem redigidas numa primeira etapa, e depois lidas durante a apresentação final. As turmas foram organizadas com pessoas de diferentes localidades, o que permitiu divulgar notícias de diversos grupos comunitários.

Em turmas, os alunos definiram as informações mais significativas para o público presente. Em seguida, decorreu a etapa de redação e organização do texto para ser lido. Cada grupo organizou fundo musical e vinhetas, procurando usar sons produzidos por eles como o batuque, o canto, o bater dos pés nos chãos. Houve um momento de emoção quando os jovens apresentaram seu programa de rádio por meio de coreografia; eles sabiam que se tratava de algo feito só para ouvir, mas se organizavam por meio de corpos dançantes.

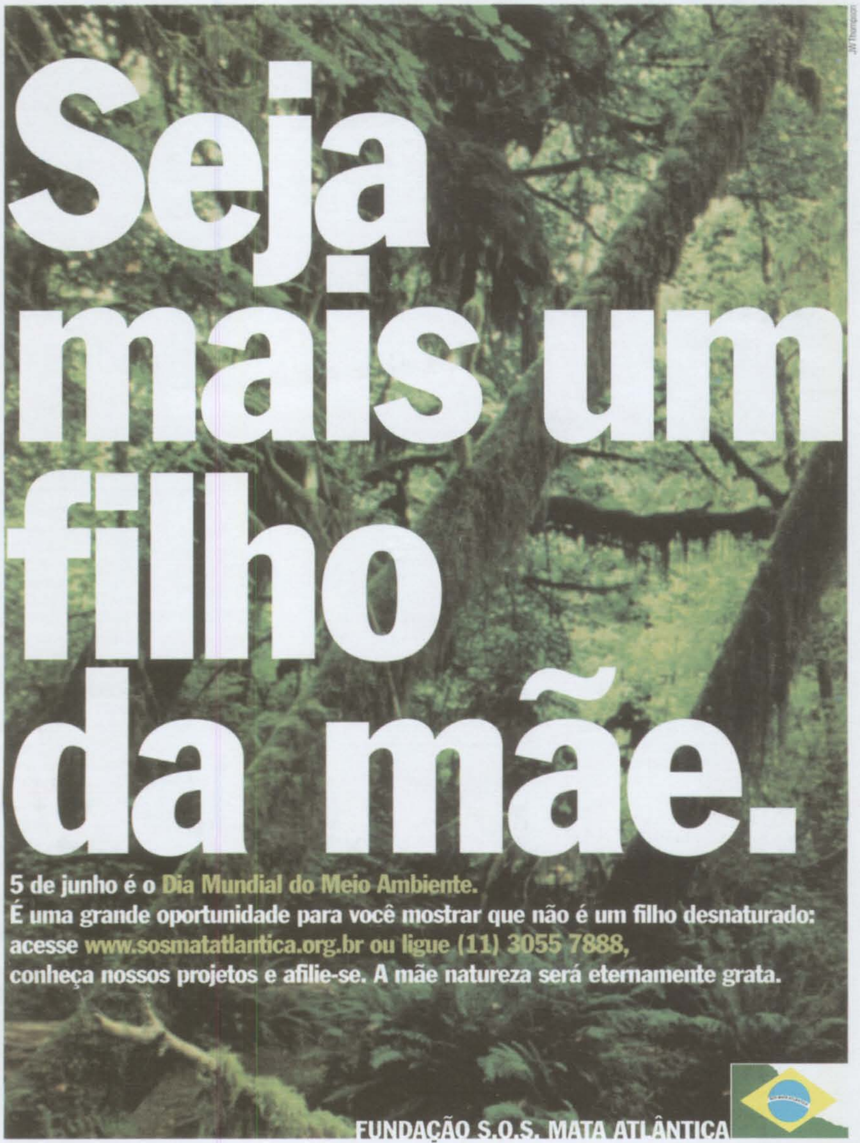
Esta atividade permitiu um maior conhecimento entre os grupos, e cada um queria divulgar o lado positivo da vida na comunidade. Houve quem narrasse problemas vividos e aventasse possíveis soluções. A dificuldade maior era a timidez de alguns, que, nessa atividade exclusivamente oral, tornava-se mais evidente.

TERCEIRA ATIVIDADE: TEXTO PUBLICITÁRIO

O objetivo desta proposta era conscientizar os alunos da linguagem usada nos anúncios publicitários, a composição textual elaborada no diálogo verbo-visual. A leitura proposta foi de um anúncio do *Banco Itaú* publicado na contracapa e capa final da revista *Veja*, no número de comemoração dos 35 anos da revista. Lemos também o anúncio da ONG S.O.S. Mata Atlântica, que circulou na revista *Época* (2003), para compararmos o produto vendido pelo banco e o anúncio da instituição não-governamental, que procurava conscientizar e instruir a população sobre a preservação do meio ambiente.

A análise da linguagem verbal que fizemos com os alunos foi mostrar as formas curtas e precisas para convencer o consumidor a escolher o produto. Na campanha do Banco Itaú, analisamos a relação verbo-visual, procurando identificar a que tipo de consumidor foi dirigida a campanha publicitária e que argumentos foram utilizados para que o leitor se tornasse cliente dessa instituição financeira.

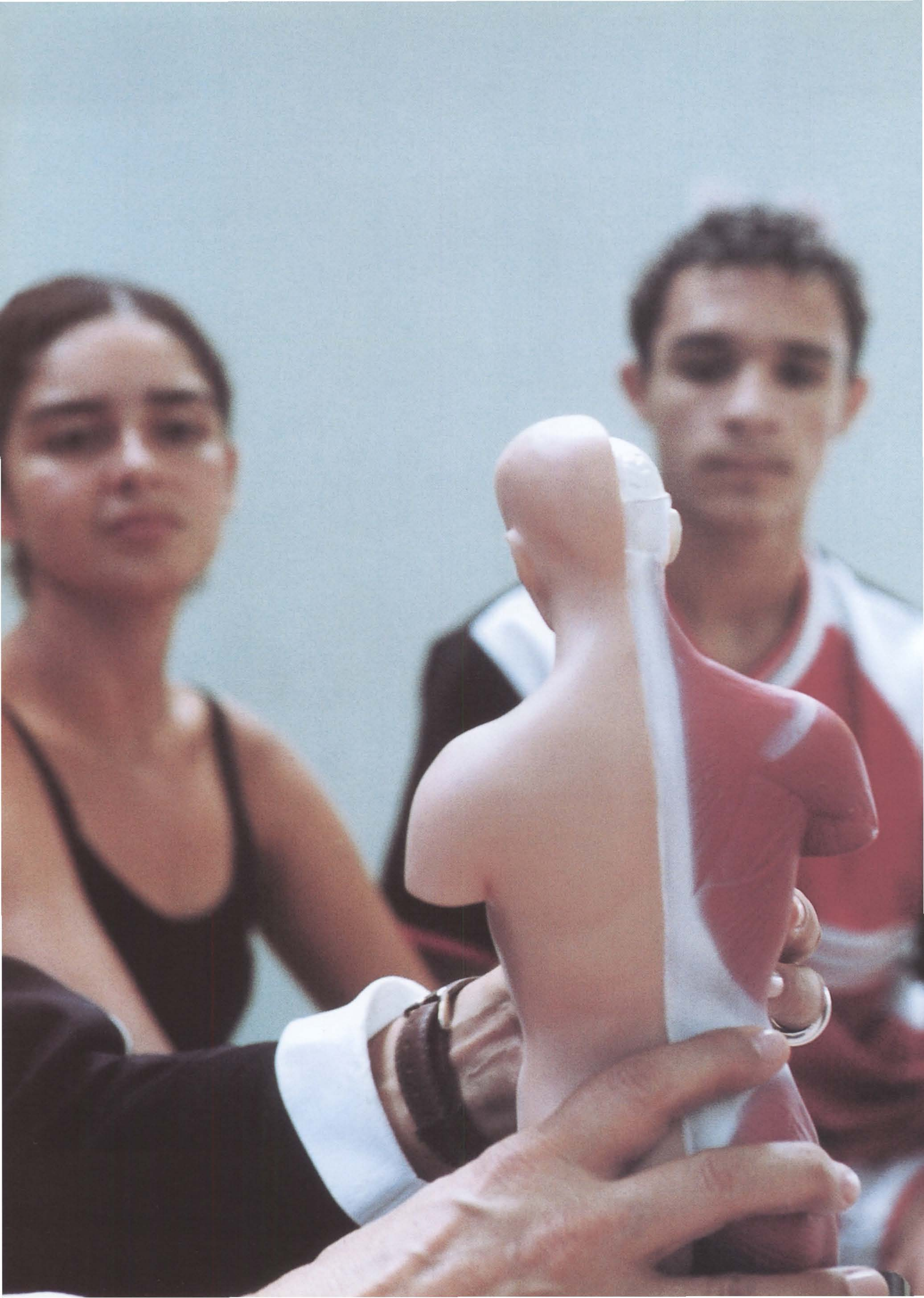
Examinamos a linguagem usada pelas duas propagandas e propusemos que os grupos criassem anúncios publicitários para suas ONGs. Essa atividade provocou um grande envolvimento, pois os jovens que faziam grafite recriaram imagens de seu cotidiano com uma linguagem persuasiva, direta e clara *(veja p. 92)*.



5 de junho é o Dia Mundial do Meio Ambiente.
É uma grande oportunidade para você mostrar que não é um filho desnaturado:
acesse www.sosmatatlantica.org.br ou ligue (11) 3055 7888,
conheça nossos projetos e afilie-se. A mãe natureza será eternamente grata.

(*Época*, 9 jun. 2003)

Maria Inês Batista Campos é formada em Letras (Universidade Mackenzie), em Filosofia (PUC/SP), mestre em Língua Portuguesa (PUC/SP) e doutora em Lingüística Aplicada e Estudos da Linguagem, com tese sobre as crônicas da *Revista do Brasil*, dirigida por Monteiro Lobato. Professora na Faculdade Europan, é autora do livro *Ensinar o Prazer de Ler* (Olho d'Água, 1999).



Contemplando a Saúde

Bettina Grajcer, Auro Danny Lescher e Lauro Aventuratto

Quando o Projeto Quixote foi convidado a participar do processo de formação do grupo de jovens do Dança Comunidade, algumas dúvidas permeavam as discussões: será que estes adolescentes podem praticar uma atividade física? Algum deles teria um problema cardíaco? Por que eles se queixam tanto de dor de cabeça?

Ainda que a demanda estivesse focalizada na condição física dos jovens, a abordagem proposta considerou o tema da saúde numa perspectiva mais ampla.

Vinculado à disciplina de Psiquiatria Social da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) e à Associação de Apoio ao Projeto Quixote, o Quixote vem atendendo crianças e adolescentes em situação de risco desde 1996, entendendo-se por "risco" as múltiplas situações que se relacionam com a ruptura ou interrupção dos vínculos familiares, a passagem ou permanência nas ruas e também eventuais situações de conflito com a lei.

A saúde pode ser vista não apenas como o contrário de doença, mas sobretudo como um bem-estar mais abrangente, que engloba a questão da educação, da alimentação, das condições de moradia, das relações familiares e dos fatores presentes na realidade destes jovens, como a violência, o uso de drogas etc.

Desta forma, além da avaliação clínica, buscamos interagir com estes adolescentes, incentivando a participação deles como multiplicadores da promoção da saúde em suas famílias, comunidades e em suas ONGs de origem.

A AVALIAÇÃO CLÍNICA

Realizamos uma breve avaliação clínica individual para detectar possíveis problemas de saúde existentes, resolvendo o que fosse possível e encaminhando os casos restantes para tratamento subseqüente. Uma vez que todos os jovens participantes estão vinculados a alguma ONG, solicitamos o acompanhamento do educador de referência às consultas, de forma a garantir o seguimento dos casos. Conforme era de se esperar, em se tratando de um grupo de jovens que pratica uma atividade física intensa, não encontramos doenças graves. A única doença grave detectada foi a extrema carência de um sistema de saúde pública eficiente.

O médico pediatra e psicoterapeuta D.W. Winnicott descreve a necessidade de atenção que o ser humano apresenta durante seu desenvolvimento e exemplifica os efeitos psíquicos danosos acarretados pela ausência desse cuidado, principalmente nos anos iniciais de vida. Essas diligências não se restringem apenas aos acontecimentos da intimidade de um lar, mas à possibilidade que toda uma sociedade tem de acolher os questionamentos de cada ser humano, aceitando contribuições nascidas de um impulso de criatividade ou generosidade.[1]

O Estatuto da Criança e do Adolescente acentua a responsabilidade sobre o desenvolvimento da criança e do jovem, indicando que: "*É dever da família, da sociedade em geral e do Poder Público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária.*" [2]

Apesar disso, a maioria dos adolescentes não tem acesso ao sistema de saúde da região onde reside, tendo passado pela última vez no médico quando era criança. Algumas ONGs oferecem ações em saúde, suprindo a lacuna existente; em outras, porém, até mesmo os educadores encontram dificuldades de acesso ao sistema de saúde, quando necessitam.

A maioria dos equipamentos da rede pública ainda não dispõe de mecanismos eficientes de escuta para tratar de problemas específicos dos adolescentes. Além da resistência dessa parcela da população em procurar auxílio médico, muitas vezes o atendimento nos serviços públicos de saúde é dificultado pela ausência de um acompanhante familiar, de documento ou de endereço fixo. Os jovens também são alvo de preconceito, sendo-lhes negado socorro por falta de higiene ou mau comportamento. Quando têm acesso ao serviço de saúde, freqüentemente o contato é realizado rapidamente, minimizando o risco de "contaminar-se" com a sujeira, com a miséria ou com o abandono daquele adolescente, sendo aviada uma receita e o paciente dispensado. Em geral, não se demonstra a menor preocupação em como ele fará para adquirir o medicamento nem se o utilizará de forma adequada.

---

[1] WINNICOTT, D. W. *Privação e Delinqüência*. São Paulo, Martins Fontes, 1999.

[2] Estatuto da Criança e do Adolescente, art 4°.

Durante a avaliação realizada para o projeto Dança Comunidade, os adolescentes, de início um pouco tensos, foram aos poucos se soltando. Notamos que vários tinham necessidade de falar sobre seus problemas para um médico, e o simples fato de escutá-los já era uma ação terapêutica. Foram muitos os pedidos de retorno. Dizia uma: "Doutora, sabe aquela minha dor de cabeça? Ontem a minha mãe brigou com meu padrasto e sobrou pra mim, hoje está doendo muito!". Em outros casos, atuamos como facilitadores do diálogo, como para a adolescente que todos suspeitavam estar grávida e que não tinha coragem de contar à mãe.

Entre os diagnósticos mais freqüentes, encontramos doenças de pele (micoses e verrugas), problemas ortopédicos (tendinites, dores articulares), doenças respiratórias leves (resfriados, rinites, asma) e diminuição da acuidade visual. Nas adolescentes, observamos muitas queixas ginecológicas (cólicas e corrimentos). Várias jovens afirmaram ter vergonha de ir ao ginecologista, mesmo após o início da vida sexual.

Quando necessário, foram solicitados exames laboratoriais e realizado encaminhamento para o seguimento específico. Muitos educadores, porém, não conseguiram agendar consultas com especialistas em sua região. Na maioria dos casos, os problemas puderam ser resolvidos apenas com uma orientação. O Projeto Quixote ofereceu retaguarda para as questões de saúde mental e também contribuiu para o agendamento do restante das consultas no Hospital São Paulo.

Em uma parceria com o serviço de odontologia do SESC, todos os participantes passaram por uma triagem odontológica e tratamento dentário, quando se julgou necessário.

AS OFICINAS DE SAÚDE

Promovemos alguns encontros com os jovens, buscando disponibilizar informações básicas sobre saúde e prevenção. Oferecemos um espaço para colocarem suas dúvidas, experiências e opiniões. A partir dessa troca, procuramos sensibilizar os adolescentes a atuarem como multiplicadores nas questões relativas à saúde.

Estimulando o cuidado com o corpo, trabalhamos noções de higiene e cuidado pessoal, respeitando as possibilidades individuais, na busca da promoção de saúde global. Saúde também significa poder se alimentar corretamente, tomar água filtrada, ter acesso ao saneamento básico, ter roupas limpas etc. Às vezes as questões são as mais básicas possíveis: Como saber fazer xixi no vaso, por exemplo, se em casa todos fazem na rua? No dia-a-dia dos ensaios, aos poucos, criou-se uma rotina: lavar as mãos antes do lanche e após ir ao banheiro, tomar banho, lavar a roupa suada. Esse hábito vai sendo assimilado, para que, idealmente, seja repetido nas casas dos jovens. É o ensino da saúde por meio da prática diária.

Ao reunirmos o grupo, logo notamos a desenvoltura corporal que esses jovens exibiam. Muitos se abraçavam, faziam massagens uns nos outros, tocavam-se, dançavam. Procuramos aprofundar essa aptidão, explorando o interior do corpo humano: transmitimos informações sobre os órgãos do corpo, para que servem, como funcionam. Partindo das experiências vivenciadas no palco, juntos compreendemos o aumento dos batimentos cardíacos quando dançamos ou nos apaixonamos.

Logo foram surgindo as semelhanças e diferenças entre os sexos masculino e feminino, despertando a curiosidade sobre o tema. Trabalhamos questões relativas à sexualidade, fazendo prevenção das doenças sexualmente transmissíveis (DST)/ AIDS e gravidez indesejada, por meio da promoção da auto-estima, o que envolve aspectos relacionados com o próprio corpo, com o prazer (pessoal e do outro), o desejo e a educação. A boa prevenção requer que o jovem seja protagonista de sua cena, de sua vida, e estimula-o a realizar escolhas responsáveis.

Conversamos sobre adolescência, namoro, virgindade, camisinha, sexo etc. Qualquer brincadeira pode ser utilizada como início da atividade. Diante de um tema tão presente em suas vidas, não é difícil fazer com que os adolescentes se expressem. Após algum tempo, o grupo já passa a discutir animadamente. Cada um apresenta suas crenças, seus medos, preconceitos e dúvidas. Nossa função é apenas nortear a conversa para a construção de um conhecimento coletivo, cuidando para que todos os participantes tenham chance de expressar-se. A partir daí, cada jovem fará uso do que foi assimilado da forma que quiser. Ao ouvir as experiências de outros adolescentes, eles podem rever o próprio comportamento. São muito interessantes relatos como o da adolescente que engravidou aos 15 anos e já tem uma filha, ou do menino que teve relações sem usar preservativo e contraiu uma DST. Essa troca fornece elementos para que cada adolescente possa realizar uma escolha responsável, podendo vislumbrar as conseqüências de seus atos.

A criação de espaços onde estes jovens possam conversar, trazendo seus questionamentos, seus desejos e trocando experiências, estimula a promoção da confiança pessoal, contribuindo para a formação de uma nova dinâmica entre eles. A negociação sobre o uso do preservativo pode ser realizada mais facilmente e com maior antecedência. Por exemplo, o jovem que conquista uma condição de vida melhor, conseguindo planejar e construir um projeto de vida, poderá protagonizar uma mudança de atitude, diminuindo os fatores de risco aos quais está exposto.

Na qualidade de profissionais da área médica e de educadores, nossa meta não deve basear-se em crenças ou valores pessoais, e sim na realidade da população atendida. Atitudes como pregar o início das atividades sexuais apenas após o casamento podem estar tão distantes da realidade dos jovens que nem são levadas em consideração. Nem sempre o que é certo para mim é possível ou desejável para o outro.

Uma ação que promove a auto-estima, aceitando as diferenças individuais, é o próprio exercício da cidadania, resgatando um desejo de cuidado ao mesmo tempo consigo mesmo e com o outro.

A SAÚDE MENTAL

Uma abordagem completa da saúde não pode deixar de lado aspectos da saúde mental. Uma forma de entrar em contato com estes jovens é por intermédio de oficinas.

As oficinas são um instrumento para facilitar o aparecimento de demandas do menino ou da menina, desde uma dor de dente até a vontade de não usar mais drogas. O vínculo é a legitimação afetiva da ajuda, muitas vezes até o sentido de aumentar as propensões para que o jovem faça a sua escolha pela dança ou pela lata de *spray* do grafite, e não pelo 38 do tráfico.

Somos uma sociedade que produz e reproduz duas aberrações:

1. crianças e jovens que vivem nas ruas das cidades, de aventura em aventura, quixotinhos urbanos, mutilados diariamente a cada coronhada na cabeça ou fissura por mais uma pedra de *crack*;
2. jovens aprisionados pela violência e pela adrenalina do crime.

Quando um jovem deixa-se levar por uma dessas duas experiências existenciais, fica alijado de uma futuridade possível - comumente nos deparamos com declarações que expressam a *certeza* de que a sua própria morte ocorrerá até os 20 ou 22 anos de idade.

A prevalência do consumo de drogas psicoativas entre esses jovens, por exemplo, é altíssima. Eles buscam uma percepção alterada da realidade e de si mesmos. O mecanismo fissura/consumo é de um imediatismo absoluto. É o apelo do aqui e agora. A mente humana é responsável pela elaboração dos acontecimentos da vida e de sua dinâmica transformação. Quando esta mente se torna impotente para conectar-se à realidade de uma forma igualmente dinâmica e fica aprisionada num comportamento repetitivo, num círculo vicioso, há produção de dor e sofrimento. É o que acontece em relação ao tema da dependência de drogas.

Crescer como sujeito é aprender a jogar esse jogo de equilíbrio em meio aos ventos que sempre variam de intensidade e de direção. *Curar-se* da dependência de drogas, como de qualquer outro tipo de dependência, é exatamente voltar a vincular-se à vida, de uma forma dinâmica, não cristalizada. A *cura*, portanto, está relacionada a esse resgate de liberdade, que diz respeito a libertar-se de um mecanismo de dependência psíquica e não apenas da droga em si. Se não forem tratados os mecanismos que levam à dependência, eles repetem-se e corre-se o risco de ver a droga substituída por outras formas de "drogadição".

Criança tem de brincar e aprender, aprender ao brincar, brincar de aprender... Receber calor no inverno e amor o ano todo. O adolescente é como Alice no País das Maravilhas, esticando-se e encolhendo-se, passando através dos espelhos, um movimento frenético na busca de si mesmo, a sua real medida. Adolescer é ousar, experimentar - esse sublime jogo da construção dos próprios limites. O jogo com a lei e sua transgressão faz parte do processo, tanto quanto as espinhas na cara ou as paixões em estado bruto. É fundamental para a estruturação dos seus próprios limites o questionamento dos limites que lhe são impostos "de fora", e isso não tem nada a ver, na imensa maioria das vezes, com delinqüência ou psicopatia.

Nas sociedades ditas primitivas, a transformação de uma fase à outra da vida é fortemente ritualizada: o menino fica restrito à sombra das ocas até aprender a lutar como um guerreiro, a pescar, a esculpir um remo e manejar o arco e a flecha... São ritos de passagem que o jovem da nossa sociedade não dispõe de maneira tão marcada. O coletivo, o social, não lhe oferece uma rede de suporte que sinalize essa intensa travessia; muito pelo contrário, estamos rodeados de adultos que, como modelos de identificação, exercem perversa influência, desde um político que mente a um traficante que mata.

Ao privarmos nossa infância e adolescência dos direitos fundamentais, privamos em nós mesmos a capacidade de composição e de transformação. Enrijecemo-nos em atitudes estereotipadas e nos convertemos em seres intolerantes, reacionários e violentos.

Precisamos oferecer aos nossos jovens uma rede de sociabilidade alternativa às cruéis circunstâncias da rua (drogas, tráfico, violência...), privilegiando os vínculos afetivos como "legitimadores" de um resgate de si mesmo, de sua subjetividade e cidadania (recuperação de referências familiares e escolares, acesso à saúde e à consciência e exercício de seus direitos fundamentais).

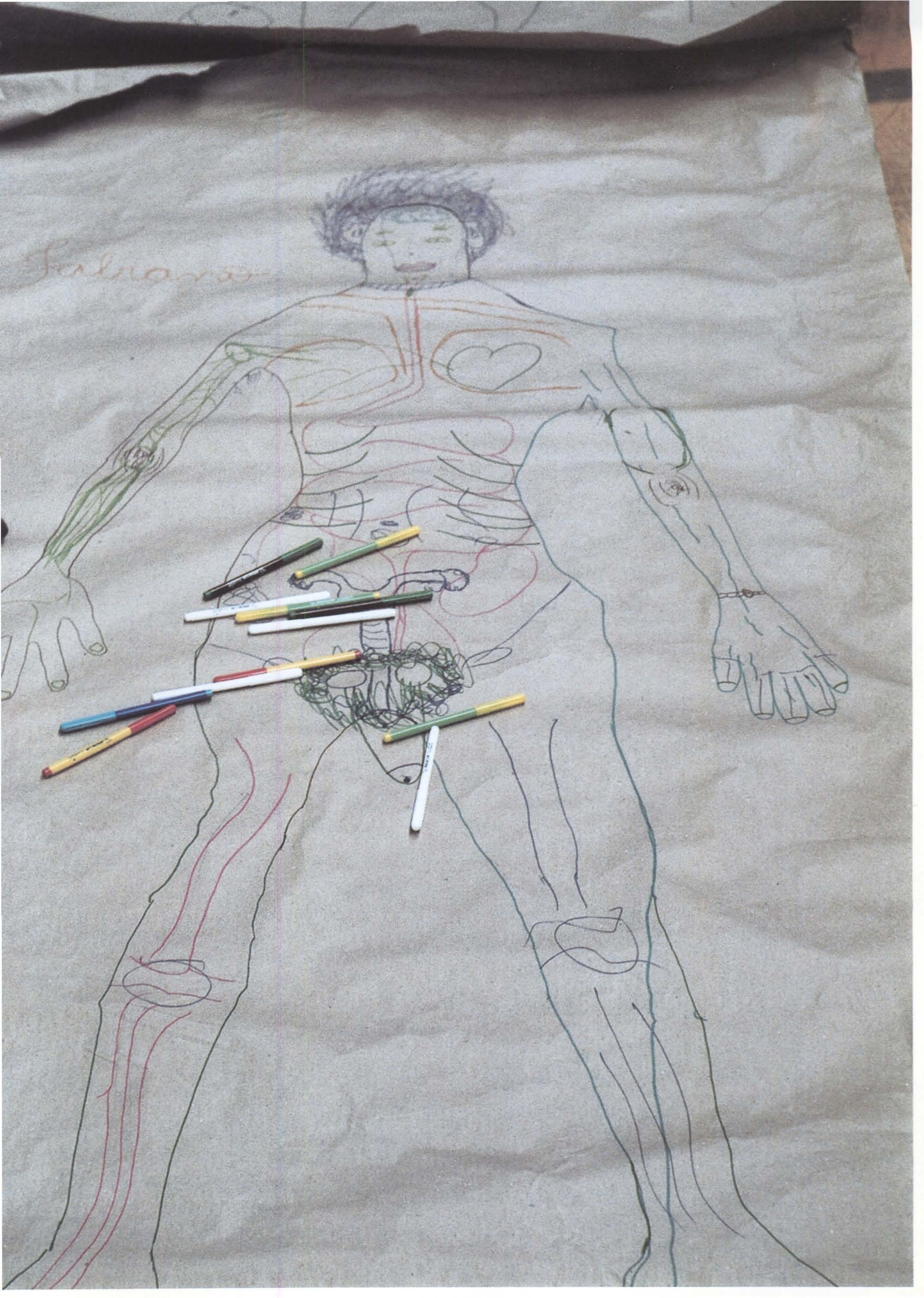
A tristeza na criança e a violência que a juventude sofre e gera são os dois principais sintomas da nossa grave doença social. Delatam a falência de um modelo, de um paradigma, que não se resolverá segundo as leis de mercado e os números dos economistas.

Que nova clínica e que nova pedagogia precisamos reinventar para que a complexidade da situação não seja negada e sim acolhida?

Iniciativas como a do projeto Dança Comunidade são, evidentemente, alternativas muito eficazes e justas no resgate de dignidade e leveza, tão fundamentais à criança e ao adolescente.

Como entender o dançarino fora da dança?

SAO PAULO

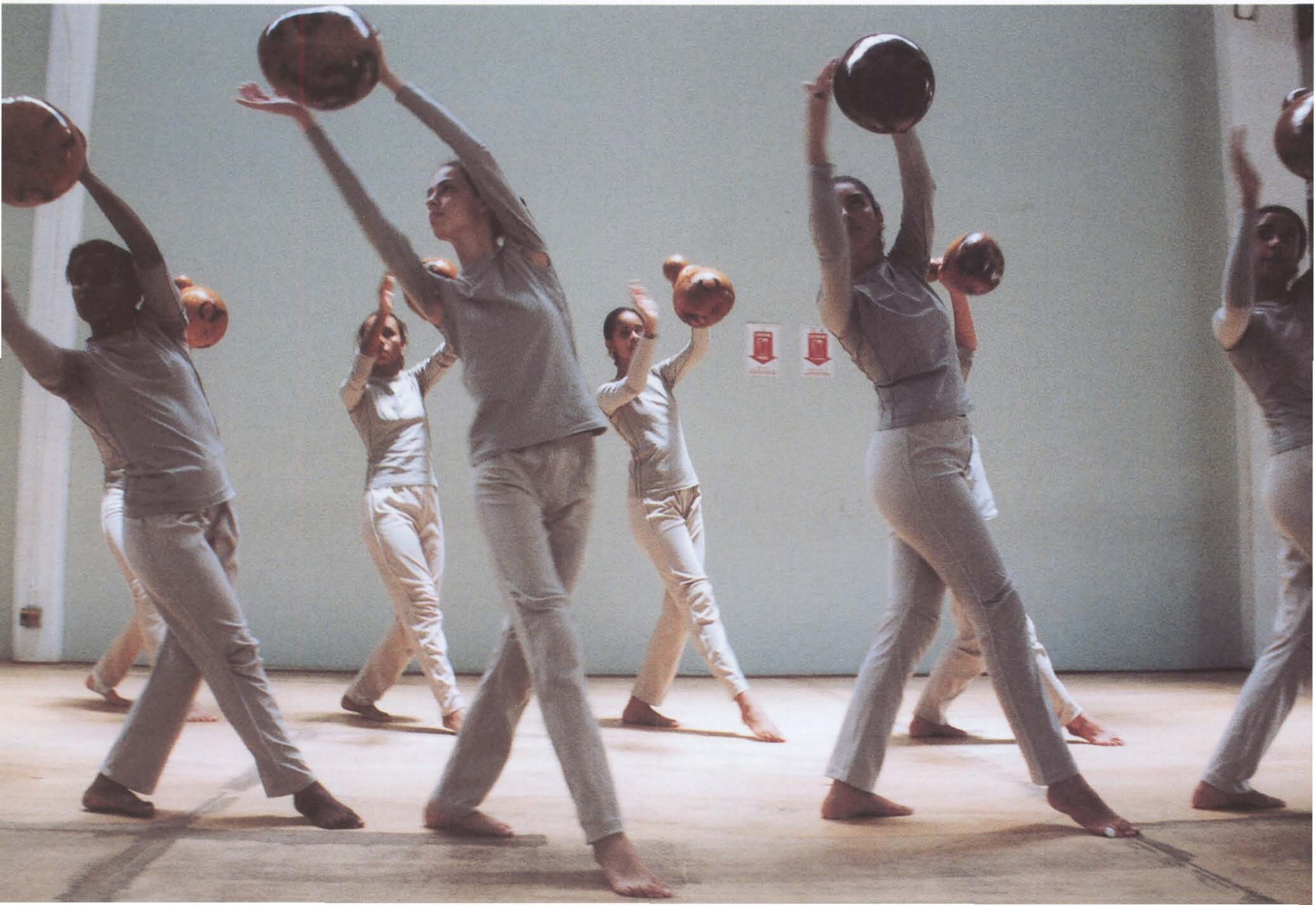

Fabrana

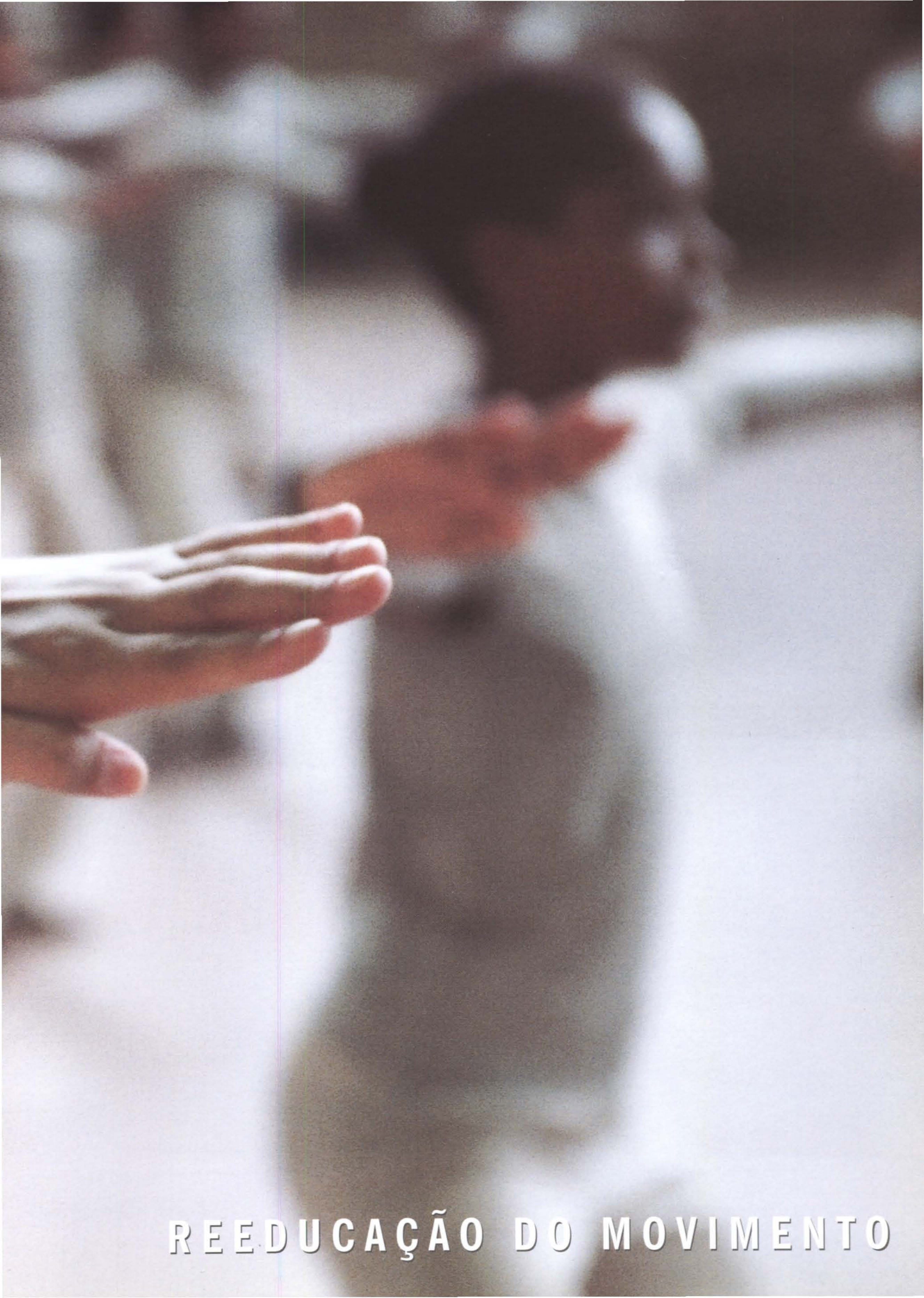
Zilda Ferre, psicopedagoga do projeto Quixote.

Bettina Grajcer é médica pediatra, mestre em Infectologia Pediátrica pela Unifesp. Atua como coordenadora do Núcleo de Prevenção e Promoção à Saúde do Projeto Quixote e é consultora na área da saúde em projetos sociais.

Auro Danny Lescher é médico psiquiatra, psicoterapeuta e consultor em empreendedorismo social. Fundou o Projeto Quixote, do qual é coordenador, serviço ligado à disciplina de Psiquiatria Social da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp).

Lauro Aventuratto é médico psicoterapeuta com formação em Psiquiatria e Medicina Preventiva e Social. Participou de projetos na área de saúde mental, na Secretaria da Saúde. Trabalha como supervisor de técnicos da Febem, no Projeto Quixote, e como secretário-executivo do Centro de Desenvolvimento de Ensino e Pesquisa do Instituto de Assistência Médica do Servidor Público Estadual (Iamspe).





REEDUCAÇÃO DO MOVIMENTO

A Linguagem do Corpo

Inês Bogéa

Trata-se de encontrar uma linguagem expressiva do corpo. Para tanto, são colocadas perguntas, que modificam e refinam nossas sensações. Será preciso pôr o corpo em relação com o espaço; usando de paciência, encontra-se o equilíbrio das diversas partes que compõem uma pessoa. Calma e concentração são essenciais para que o gesto possa emergir plenamente. O processo exige confiança mútua, pois há sempre limites internos a superar. Cada pequena parte do corpo sofre transformações, até encontrar seu lugar. A reeducação do movimento suscita a recuperação de um saber que sempre se teve, mas nem sempre se sabia que tinha; e torna presente essa consciência – o que é quase igual a dizer que torna consciente o presente.

Os padrões do movimento humano têm de ser retomados. Dia após dia, vão se encontrando os caminhos do gesto, que emergem de sensações corporais e atingem dinâmicas próprias. A conquista de uma postura do corpo no espaço dá-se então como conseqüência natural do trabalho.

No ensaio a seguir, "Desenhar o Gesto", Bertazzo explicita sua técnica, para que possa ser desenvolvida em outros centros. O estudo da anatomia tem parte crucial nas aulas; no que diz respeito ao Dança Comunidade, foi muito importante, então, a parceria da fisioterapeuta Andrea Amaral Castillo, não apenas para o conhecimento objetivo do corpo, com seus ossos, músculos e tendões, mas também pela visão anatômica da estrutura corporal no espaço.

Também a percussão – aos cuidados de Rafael Y Castro – teve papel preponderante. Ela cria, de imediato, noções de tempo e espaço (sem falar nas proporções matemáticas, intuitivamente apreendidas). E essas noções se traduzem desde logo em movimento, organizado com liberdade, assim como a liberdade da música se realiza em modos de organização.

A prática do origami acrescenta um grau a mais de ordem criativa, pela necessária previsão do gesto. Concentração e paciência são qualidades cultivadas, para o desenvolvimento de noções do espaço, observadas diretamente no trabalho com o papel. Uma folha plana pode se transformar em diversos elementos, pela criação de ângulos. Keiko Abe dá aulas em pé, usando a parede como mesa – inversão de perspectiva que estimula, por si, o raciocínio e a capacidade de abstração.

A realidade desses gestos não isola ninguém do mundo ao redor; pelo contrário, acusa as pressões pelas quais cada corpo passou e denuncia as diferenças, assim como atua depois firmemente sobre cada um. Todos os esforços não querem outra coisa, afinal, senão tornar visível as possibilidades do corpo ocupar o espaço, como unidade integrada e rica de capacidades. Aprender um gesto, neste sentido, também significa aprender a sobreviver. Ou ainda: aprender a viver.

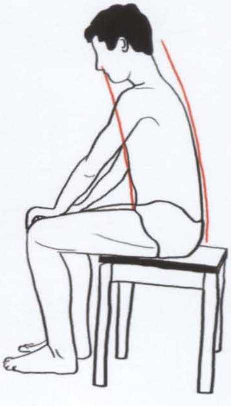
Desenhar o Gesto

Ivaldo Bertazzo
e Andrea Amaral Castillo

No capítulo "Espaço Vazio e Mandala", vimos que o sentido da orientação, do uso do espaço, inicia-se na unidade do tronco, no equilíbrio entre suas "paredes" anterior e posterior.

A *linha da parede posterior* interliga o sacro, um osso largo e sólido, (situado na parte posterior ao centro da bacia) base da sustentação da coluna vertebral ao osso occipital, que fica na base posterior da cabeça. Com uma mão apoiada no sacro e a outra no occipital constrói-se mentalmente essa linha.

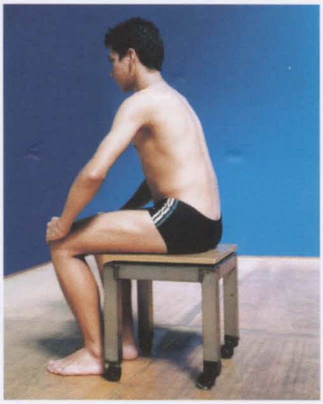
A *linha da parede anterior* encontra-se entre a raiz dos dentes caninos e a sínfise púbica (encontro dos ossos ilíacos, onde se inserem os músculos do abdome). É possível perceber essa linha quando tocamos com o polegar e o indicador o lado das narinas (sobre as raízes dos dentes caninos) e deslizamos a mesma mão até o púbis.

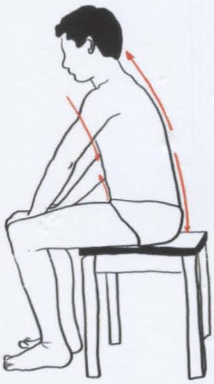


Essas duas linhas se unem por duas abóbadas:

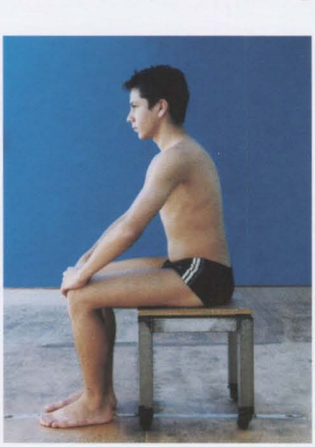
Uma formada pelo músculo do períneo (revestimento do assoalho da bacia); a outra formada pela abóbada do palato (céu da boca).

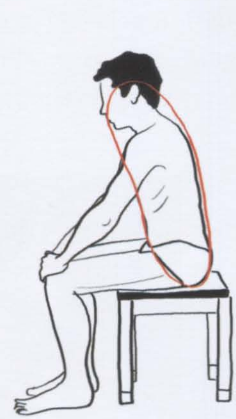
Na oposição dessas duas abóbadas é que percebemos o endireitamento do tronco. Isso pode ser sentido quando, sentados, pressionamos os dois ossos da bacia (ísquios) contra o banco, ao mesmo tempo em que a língua pressiona o palato.



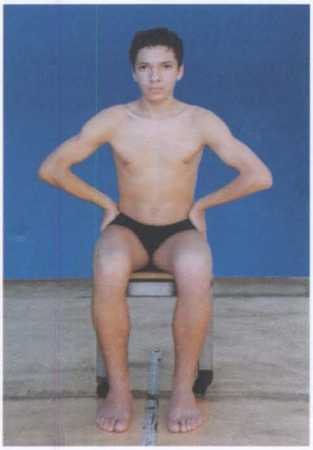


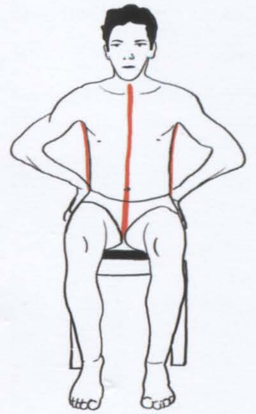
A união das duas abóbadas faz do tronco um cilindro portador de um volume. A manutenção desse volume se dá por diferentes ações musculares. Dessa forma, o ato de verticalizar-se implica uma expansão global desse volume para todas as direções, e não apenas para cima ou para os lados.



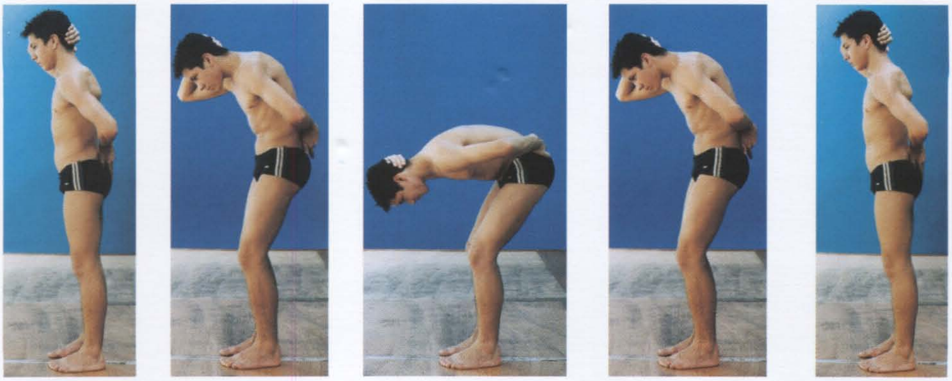


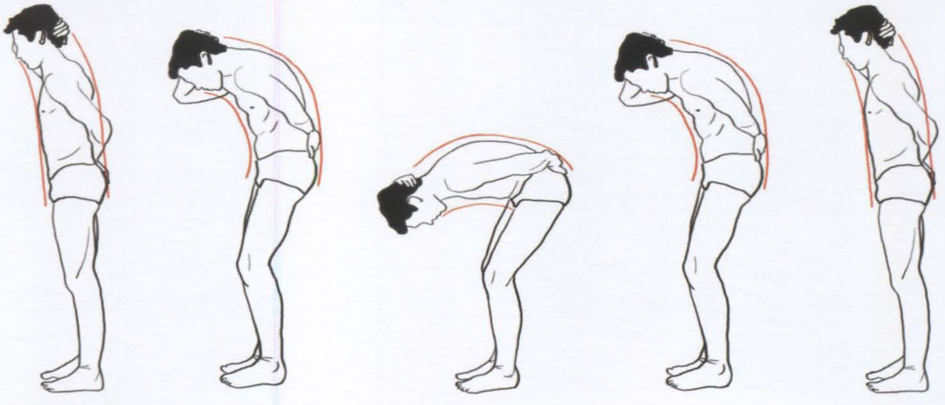
É a bacia que define a largura do tronco. Para a manutenção de um equilíbrio entre a "parede" posterior e anterior é necessário construir duas linhas laterais à coluna vertebral, o que dará a largura ao tronco. Essas linhas laterais seguem da bacia até as axilas. Costelas e bacia possuem o mesmo alinhamento.



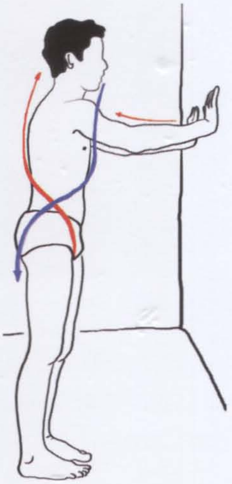


Todas essas linhas são definidas por ações musculares, que proporcionam força e elasticidade. Mesmo a coluna vertebral, composta de vários ossinhos, é flexível. Independentemente do que façamos com o tronco, ao voltarmos à posição vertical, as linhas idealmente devem se restabelecer.

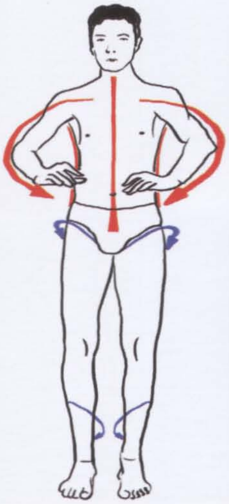




As linhas musculares que definimos nos parágrafos anteriores proporcionam a expansão do volume do tórax, mas não se limitam a ele: as tensões se expandem pelos membros (braços e pernas) até as extremidades (palmas das mãos e solas dos pés), as quais, então, "pressionam" o espaço, devolvendo ao tronco sua força, criando a sensação de unidade.



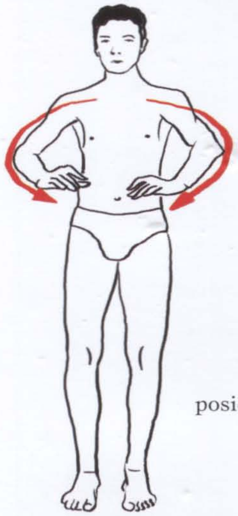
O empenho necessário para perceber todas as indicações acima já constitui um exercício gerador de força e estrutura. Para atingir esse objetivo, o professor deve solicitar ao aluno uma atitude corporal apropriada antes de iniciar a construção dessas imagens: o praticante deve estar sentado adequadamente sobre os ossos da bacia ou bem posicionado sobre os pés.



EXERCÍCIOS

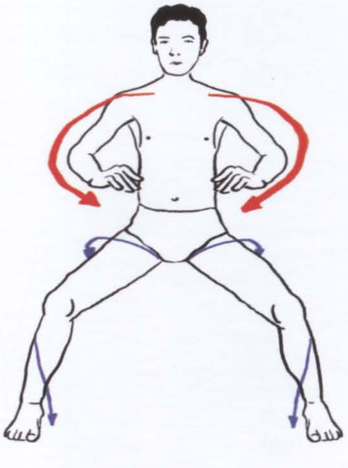
Trabalhando os Membros Inferiores

Primeira Etapa

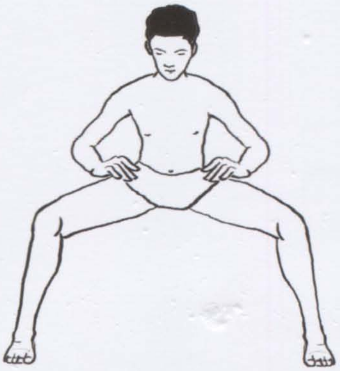


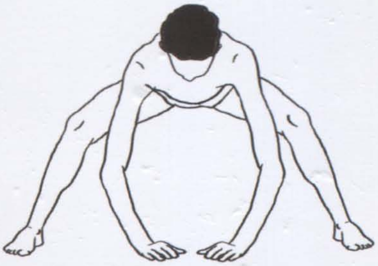
posição inicial

- Afaste as pernas na distância da altura de uma delas, mantendo os pés paralelos (voltados para frente).

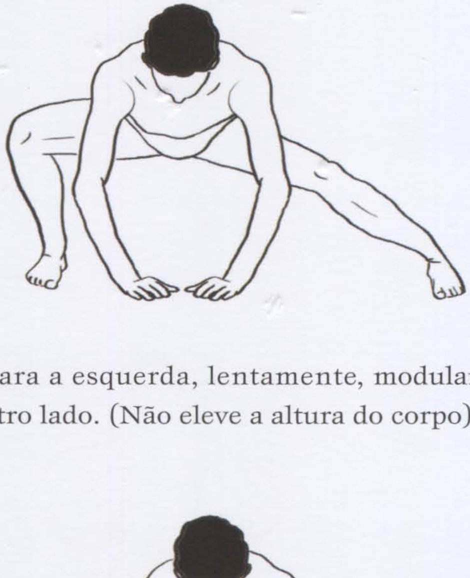


- Leve as mãos ao chão, dobrando os joelhos, sem deixar que eles se aproximem.

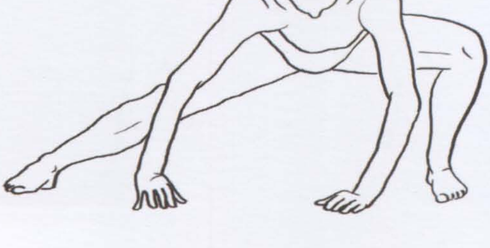




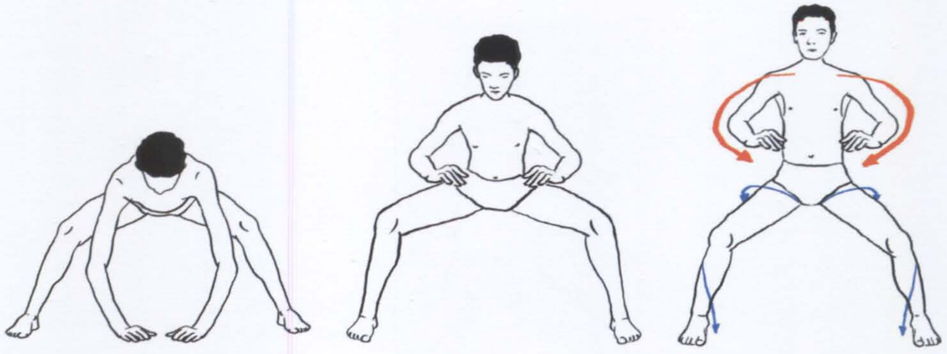
- Transfira o peso para a perna direita, mantendo a bacia paralela ao chão, evitando que ela torça para frente e com o cuidado de não esticar totalmente o joelho esquerdo.



- Transfira o peso para a esquerda, lentamente, modulando a tensão muscular para o outro lado. (Não eleve a altura do corpo).



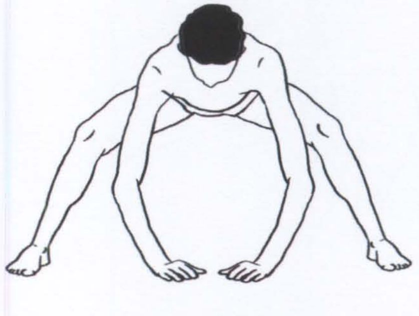
- Retorne ao centro. Desenrole a coluna, pensando no equilíbrio de forças entre a parede posterior e anterior, até chegar à posição vertical.



Observação:

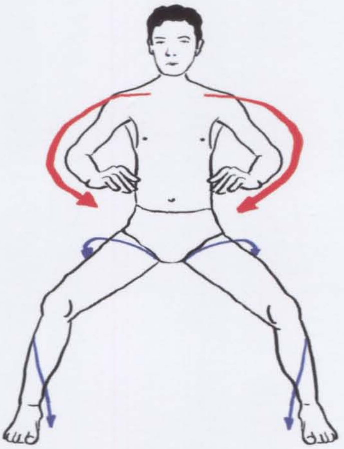
1. O peso do corpo deve estar fundamentalmente sobre os pés e um pouco sobre as mãos, para que se mantenha um equilíbrio. Observe atenciosamente as ilustrações.

2. Quando deslocamos a bacia, as mãos se mantêm no centro. Observe que a posição das mãos sugere uma forma esférica, que ajuda a manter a largura dos ombros, necessária para a manutenção dos espaços e volumes.

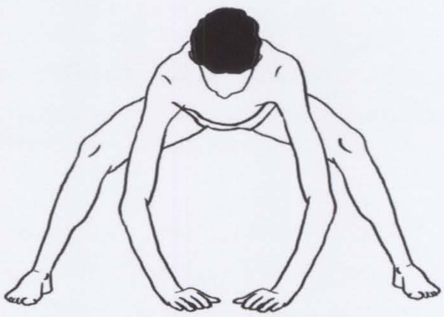


Segunda Etapa

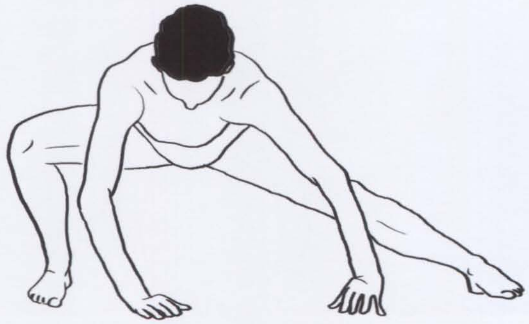
- Afaste as pernas na distância de uma perna, mantendo os pés paralelos (voltados para frente).



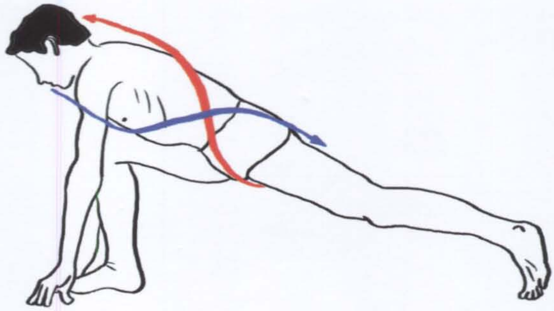
- Leve as mãos ao chão (mantendo os cuidados descritos anteriormente).



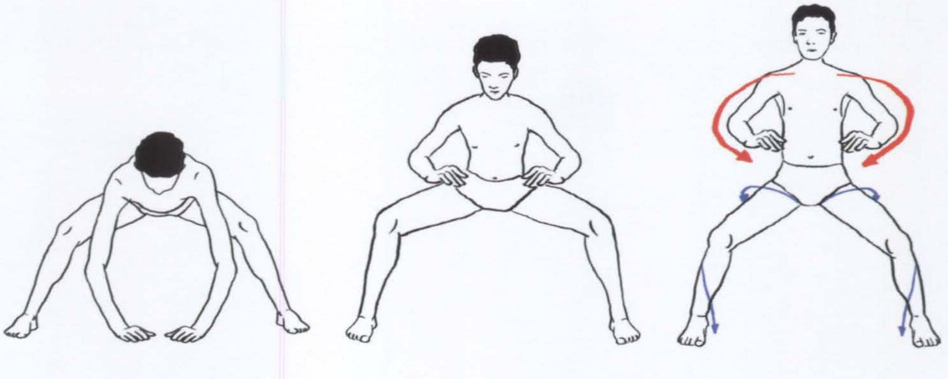
- Transfira o peso para a perna direita.



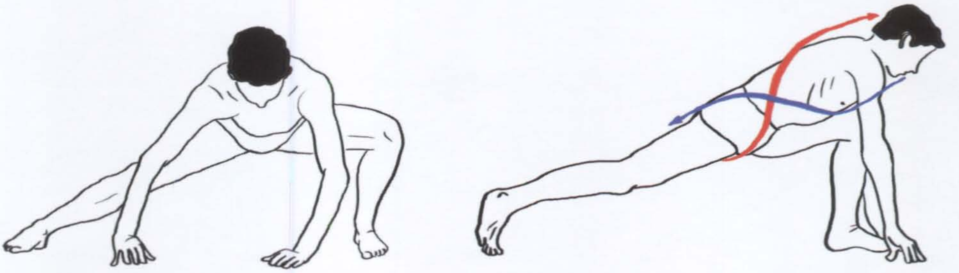
- Gire o corpo para a direita e estenda a perna esquerda, abrindo a virilha esquerda. Neste momento, as mãos estão apoiadas ao lado do pé direito.



- Retorne ao centro e desenrole-se até chegar à postura inicial.

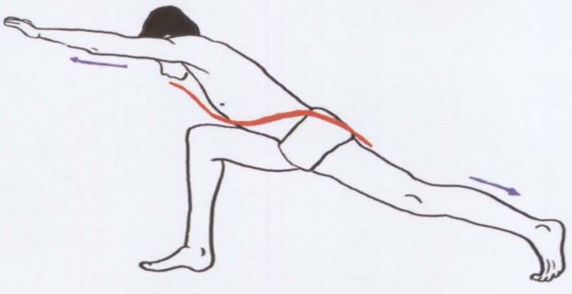


- Repita o mesmo movimento para a esquerda.

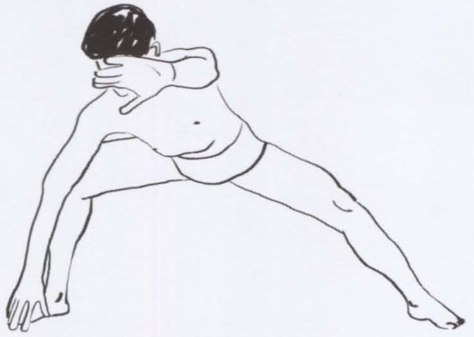


Terceira Etapa

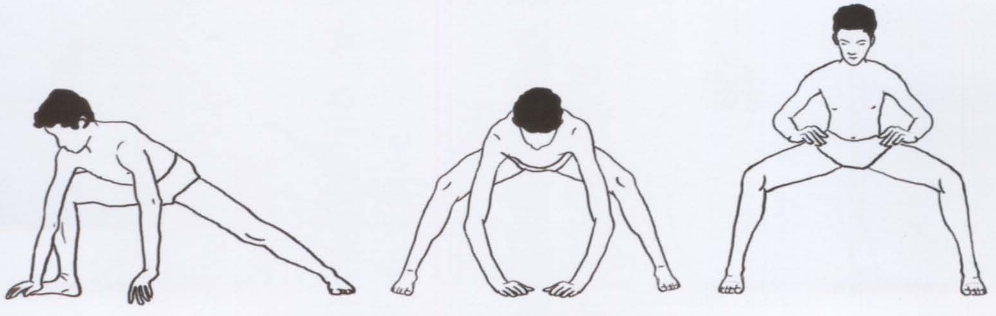
- Realize, agora, continuamente, os movimentos da primeira e segunda etapa. Após girar o corpo para direita, como na segunda etapa, desta vez a perna e o braço esquerdo se estendem em oposição, criando um comprimento e aumentando o espaço entre as costelas e a bacia (respeitando a linha lateral).



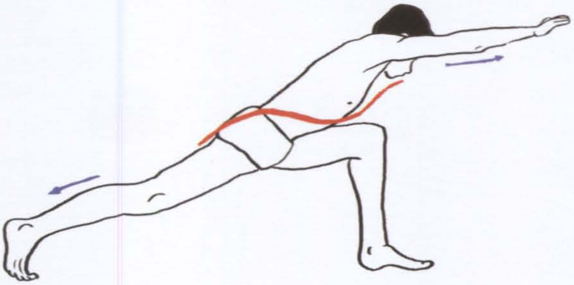
- O apoio da mão direita no solo, ao lado do pé direito, se faz pelos dedos.



- Retorne ao centro mantendo os braços em posição de "coordenação", e desenrole-se até atingir a posição inicial.

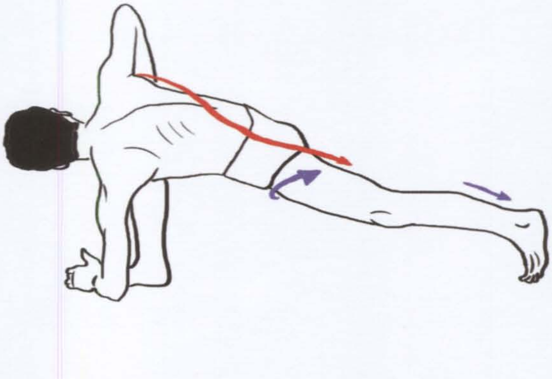


- Repita para o lado esquerdo.

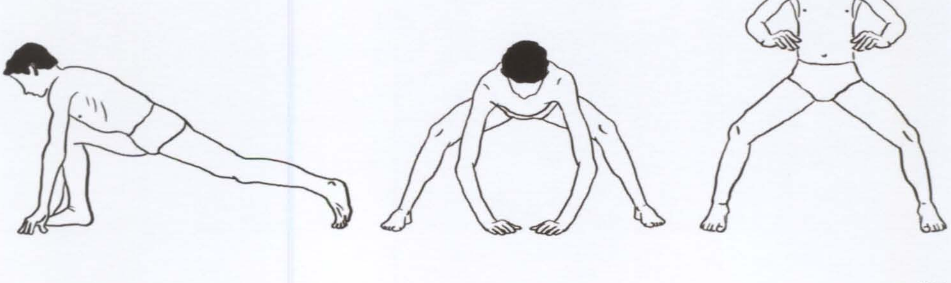


Quarta Etapa

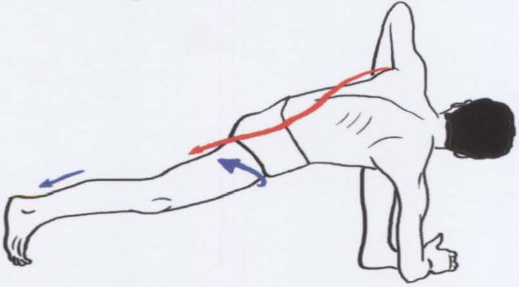
- Depois de realizar as seqüências anteriores até a extensão do braço e da perna esquerda, leve o antebraço esquerdo ao chão, gerando uma leve torção e ampliando a mobilidade da articulação coxo-femural (a dobradiça entre a coxa e a bacia). A mão direita agora se apóia sobre o joelho direito. A amplitude dessa articulação é sentida pelo alongamento dos músculos posteriores do quadril e da coxa direita. (Procure manter a bacia no mesmo nível.)



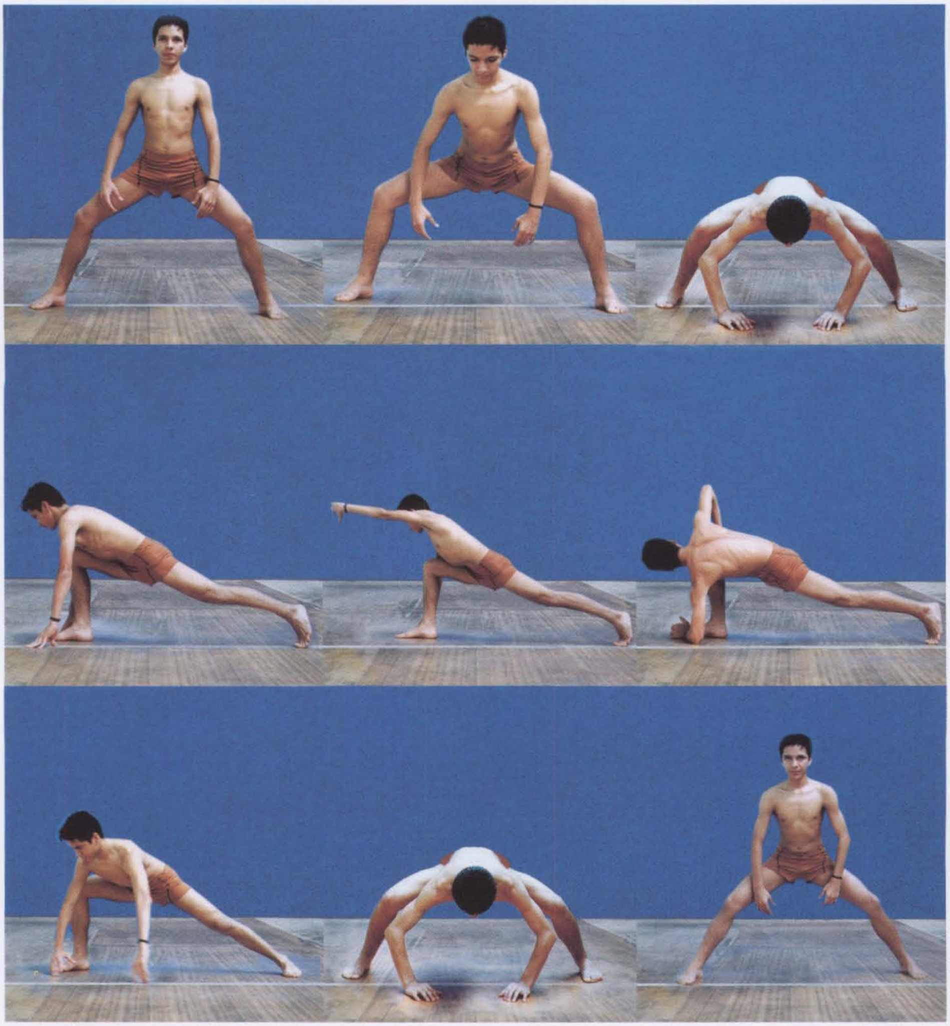
- Faça o mesmo processo para retornar à posição original.



- Repita para o lado esquerdo.



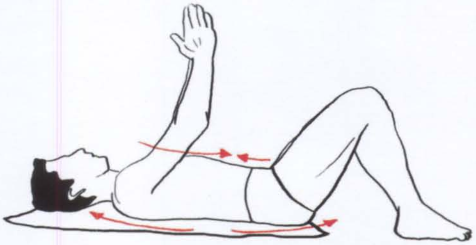
Obs.: Cada etapa deve ser repetida algumas vezes e ser realizada dos dois lados até o aluno aprender a efetuar o exercício completo de forma contínua.



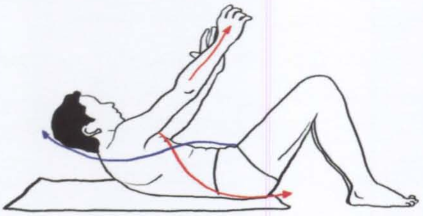
Após a Realização deste Exercício

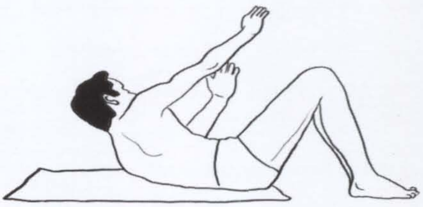
- Passe para a posição deitada, com as costas no chão, pernas fletidas e pés apoiados no solo. (Lembre-se de que o corpo, nesta postura, não cede à ação da gravidade, ou seja, não fica totalmente relaxado no chão.)

- Os braços se estendem para cima (mais ou menos na altura do peito), com as palmas das mãos unidas. Mantenha os cotovelos levemente afastados.

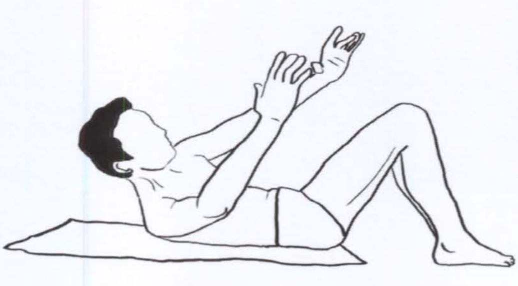


- A mão direita começa, então, a deslocar-se em direção a uma diagonal, levemente para cima e para o lado oposto (esquerdo) até o tronco e a cabeça saírem um pouco do chão. Neste momento é importante que o aluno mantenha a sensação das linhas de força das "paredes" anterior e posterior do tórax.

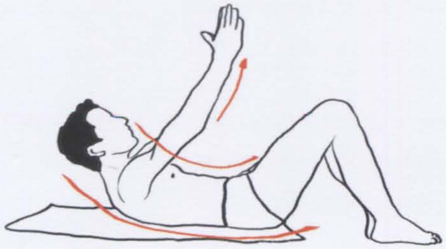


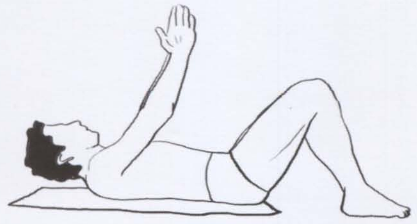


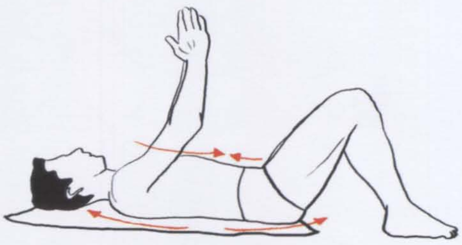
- Ao chegar ao limite da extensão do braço, transfira a ação para o lado esquerdo, levando o braço esquerdo para a diagonal direita. Na passagem de um lado para o outro, não relaxe a força dos músculos do abdome.



- Volte ao centro e desça lentamente o tronco e a cabeça ao chão, desenrolando-se.



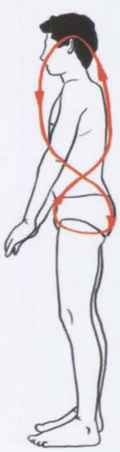




- Repita o exercício algumas vezes, modulando a tensão de um lado para o outro.

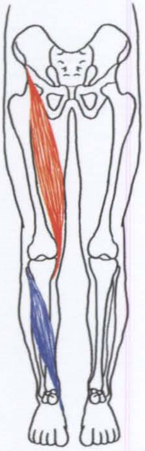
Obs.: O retorno à posição inicial em cada exercício é tão importante quanto a ida. A volta, afinal, também é um movimento. Note que em nenhum instante há um relaxamento total ou um abandono do corpo no chão.

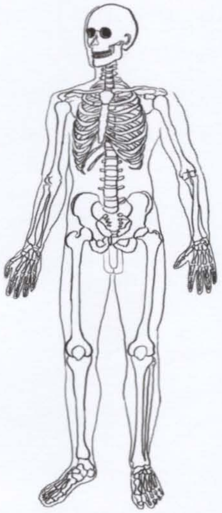
Ao retornar a posição vertical, perceba o apoio dos pés e o volume do tronco. Estas sensações deverão ser mantidas quando você caminhar.



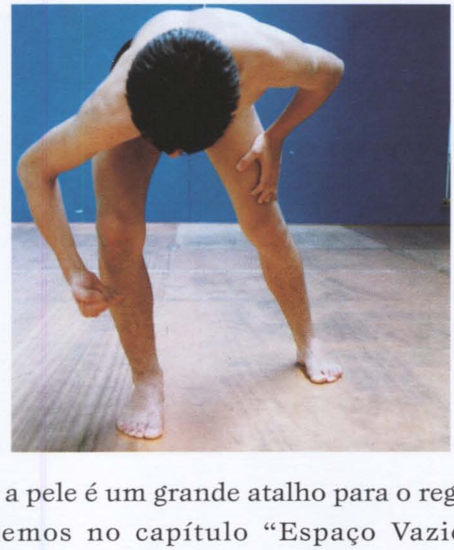
Para Aumentar as Sensações

1. Pode ser útil, durante a execução desses exercícios, fixar, nas paredes da sala, desenhos de músculos e ossos dos membros inferiores e da bacia. Um esqueleto seria útil para fortalecer a imagem apreendida nos exercícios.





2. Outra boa estratégia é a percussão com a ponta dos dedos, ou com a mão fechada de forma rítmica sobre os ossos da sua própria perna.

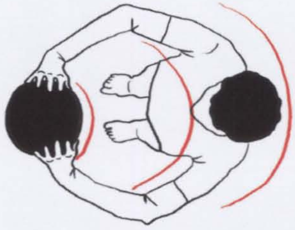


3. O trabalho sobre a pele é um grande atalho para o registro das sensações, conforme aprendemos no capítulo "Espaço Vazio e Mandala". Ao friccionarmos a pele dos quadris, das coxas e pernas, até os pés ou, no exercício seguinte, a pele do pescoço, dos ombros, braços, até a mão, favorecemos a irrigação sanguínea e damos a sensação do comprimento da perna e/ou do braço, fundamental para a boa execução do exercício.

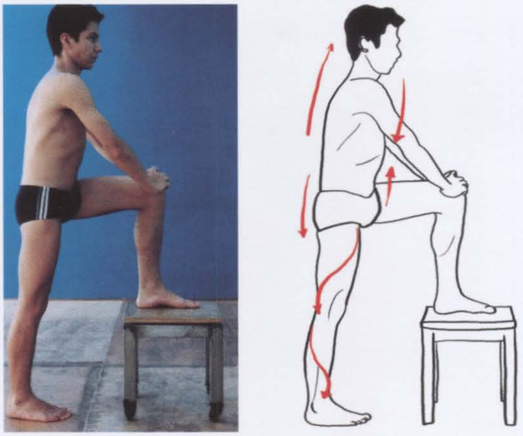
Trabalhando os Membros Superiores

No próximo exercício, o corpo realizará deslocamentos no espaço, ao mesmo tempo em que descreve movimentos com uma bola.

Lembre-se da existência de músculos que saem do tronco e dirigem-se aos braços e músculos que partem dos braços ao encontro do tronco. É o tronco que dá suporte para que a mão sustente a bola, enquanto esta envia ao tronco a informação do objeto que empunha. Todas as linhas de força do tórax, construídas anteriormente, devem estar presentes nas sensações dos movimentos.

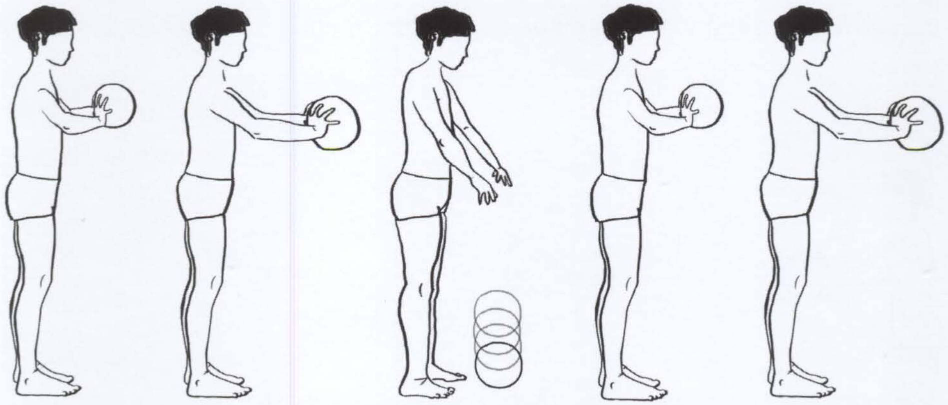


Trabalhar os membros superiores é ampliar o alcance do corpo no espaço pela relação constante com o tronco, e até mesmo com os membros inferiores.



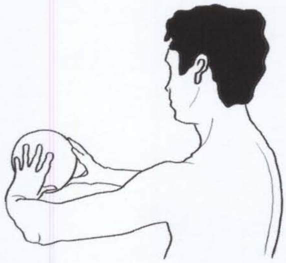
Primeira Etapa

- Em pé, segure a bola entre os dedos das duas mãos (para aumentar a ação dos músculos da mão), mantendo o punho fletido (levemente dobrado para cima).
- Leve-a à frente do corpo, na altura do peito, e volte.
- Jogue a bola no chão, pegue novamente, retorne a flexão do punho e leve-a à frente.



Obs.: É importante lembrar que a mão, ao mesmo tempo que segura a bola, também se apóia sobre ela. A força utilizada para lançar a bola vem da estabilidade do tronco. E inversamente, por um breve instante, quando a bola retorna as suas mãos, é a própria mão que "sustenta todo o corpo". Porém, ao largar o objeto, a ação muscular dos braços diminui e o tronco assume a função de manter os braços no ar.

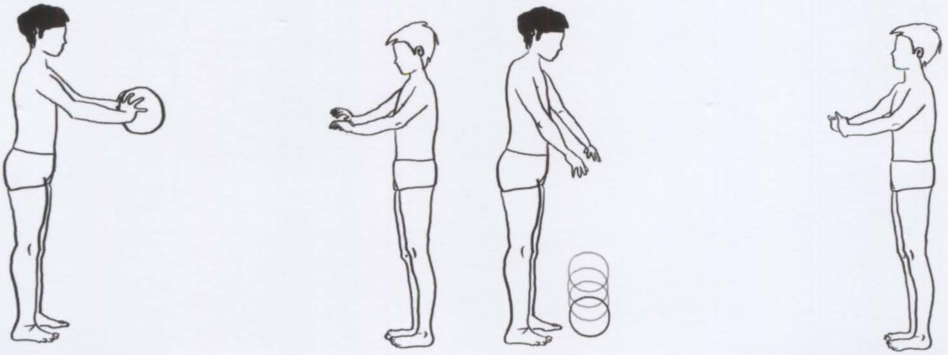
Observe, nos desenhos, a posição das mãos e do cotovelo ao segurar a bola.

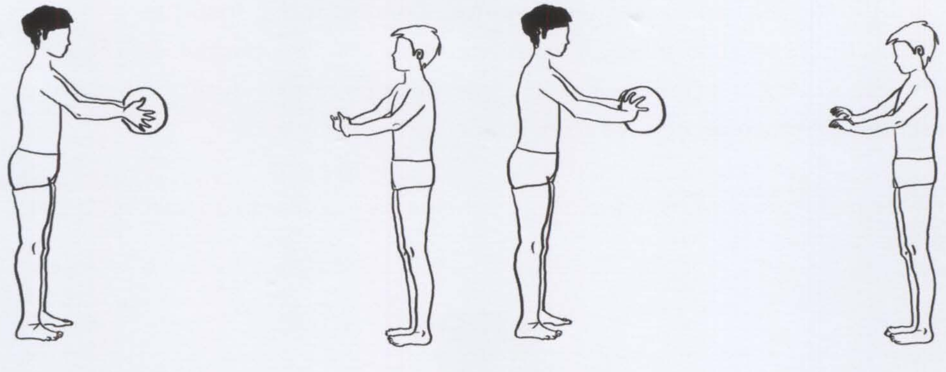


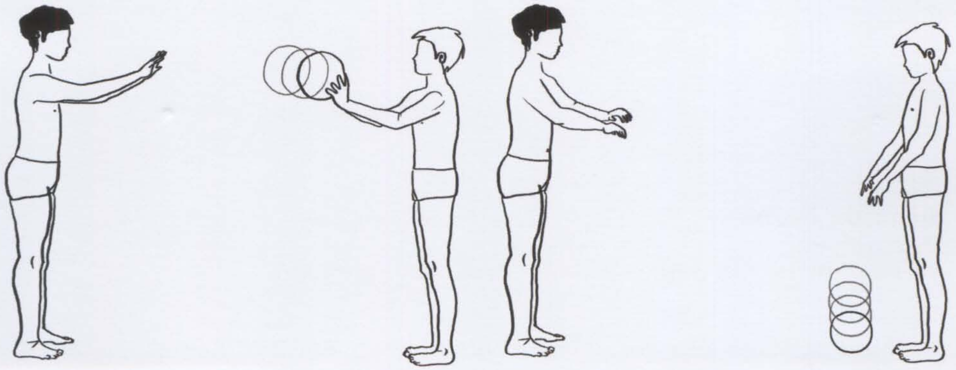
Segunda Etapa

- Posicione-se em duplas (um de frente para o outro).

- Como na etapa anterior, jogue a bola ao chão, em seguida jogue-a para o parceiro com o impulso das mãos. Ele, então, realiza a mesma seqüência.

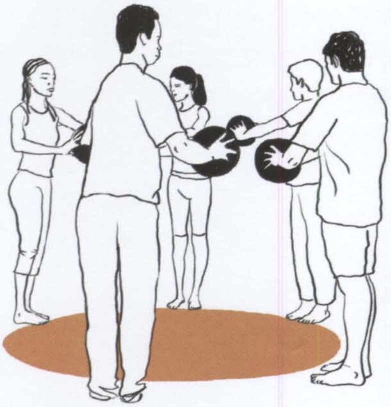


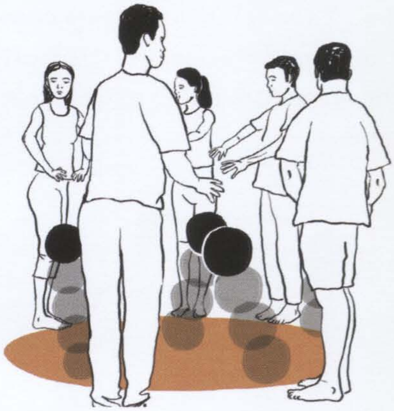


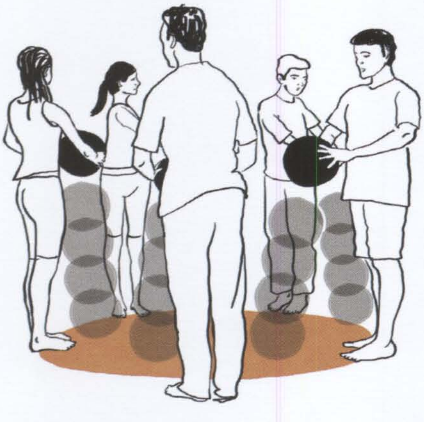


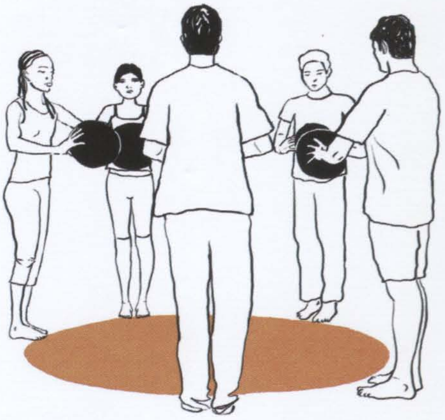
Terceira Etapa

- Faça um grande círculo mantendo, do seu vizinho, uma distância que permita o movimento do seu tronco.
- O exercício consiste em jogar a bola ao chão pela direita e receber a bola do parceiro da esquerda, fazendo uso da torção do corpo.









Obs.: Neste exercício, é importante variar o lado pelo qual se lança a bola. Pode-se repetir o exercício quatro vezes de um lado, depois quatro pelo outro, passando em seguida para duas vezes de cada lado e, depois, alternando uma vez para cada lado. Regule o impulso sobre a bola para que ela chegue na altura das mãos do parceiro.

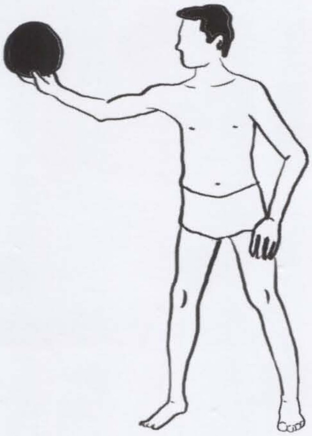
Esta é, sem dúvida, uma maneira muito divertida de aprender as relações que o corpo estabelece durante o movimento.

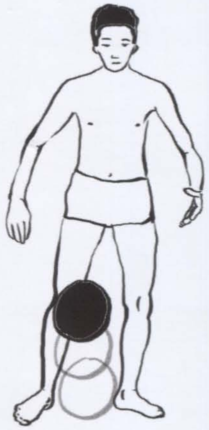
Quarta Etapa

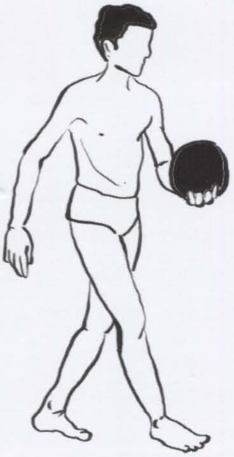
- Em pé, com as pernas afastadas, segure a bola em uma das mãos, com o braço ao lado do corpo.

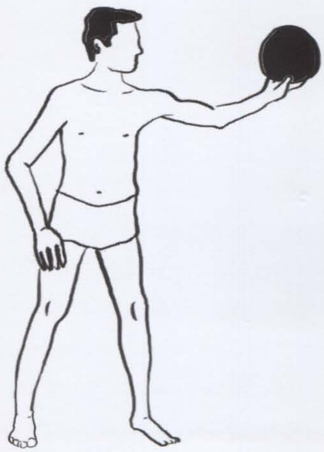
- Jogue-a ao chão, cruzando à sua frente e fazendo um deslocamento para a lateral. Apanhe-a com a outra mão, estendendo o braço.

Obs.: Cabe lembrar que os cotovelos, assim como os joelhos, nunca se estendem totalmente. Durante a execução deste exercício, deve-se estabelecer um ritmo, para que a modulação da força ocorra dentro de um tempo.





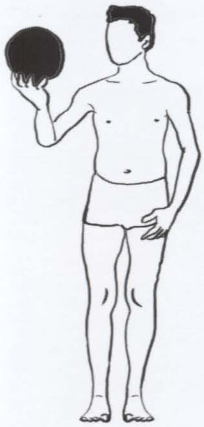


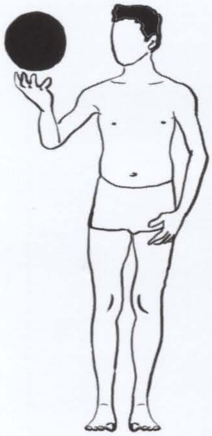


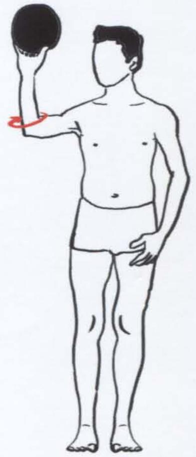
Quinta Etapa

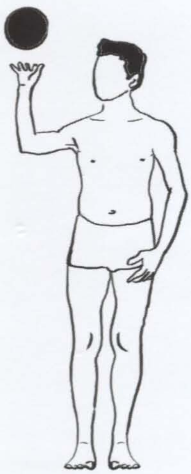
- Para finalizar esta seqüência, segure a bola com os dedos de uma das mãos. O braço se prolonga ao lado do corpo e o cotovelo não se estica. Impulsione a bola para cima várias vezes. Esta ação, aos poucos, sugere ao corpo, um balanço que acontece a partir dos pés.

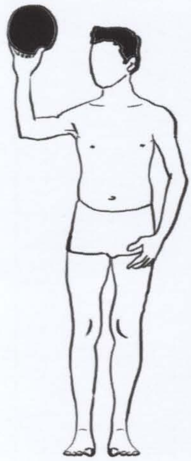
- Gire o antebraço para dentro, eleve o braço mantendo o cotovelo no mesmo lugar. Repita as vibrações com a bola, chegando até a saltitar, e retorne a posição de origem.

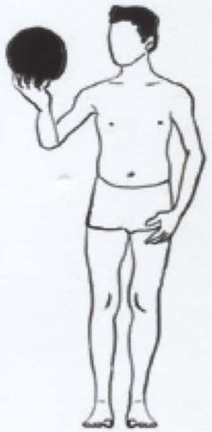








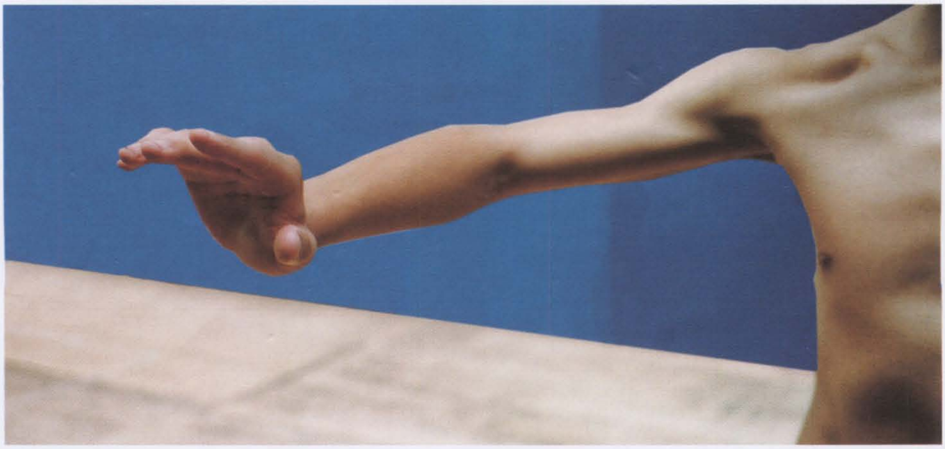




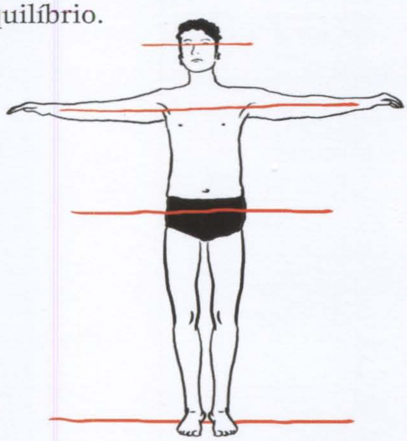
Aspectos Relevantes

1. É natural que, durante esse exercício, a bola escape algumas vezes. Não se preocupe: não estamos treinando basquetebol. Os "deslizes" ajudam a transformar o exercício numa grande brincadeira, tornando o aprendizado motor mais descontraído e interativo. Por outro lado, o professor deve observar atentamente os gestos do aluno; se necessário, chamando a atenção para que o foco do olhar siga a bola. Quando, por exemplo, ela lhe escapa do alcance, rolando pelo chão, observe se o aprendiz utiliza o corpo para pegá-la, já com os comportamentos que o exercício dos membros inferiores forneceram.

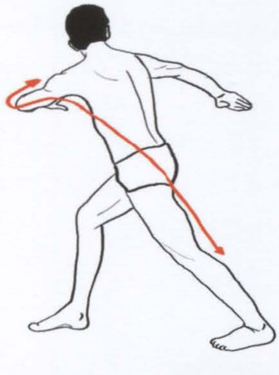
2. Um braço organizado vai ao encontro do objeto, mantendo o cotovelo sempre afastado do corpo, a fim de que a mão possa cumprir seu papel de apreensão. Essa postura não se mantém apenas durante a execução de um exercício, mas também nos pequenos gestos do dia-a-dia.



3. A organização do plano horizontal se reproduz no corpo em diferentes níveis: nos pés, nos quadris, nos ombros, e na organização do olhar. O olhar atua como um ajustador da relação do corpo no plano horizontal, permitindo que regulemos o equilíbrio.



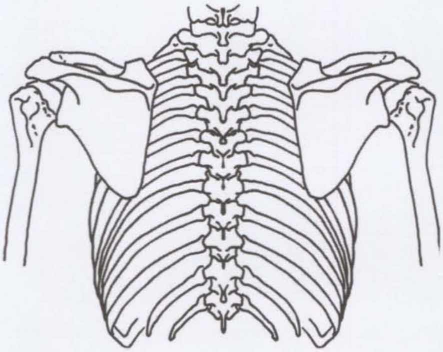
4. O gesto em torção não só aumenta a força muscular, permitindo-nos modulá-la, mas também aumenta as relações que o corpo é capaz de realizar no espaço. Os movimentos em torção associam músculos e ossos em uma unidade de ação.

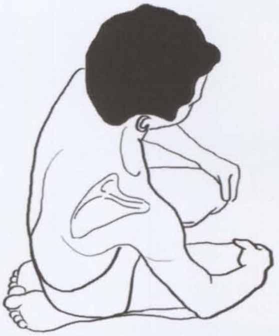


5. Ossos são estruturas que apresentam torções forjadas pela ação dos músculos.

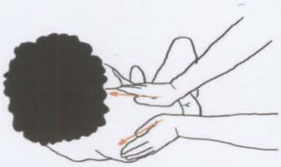
Para Aumentar as Sensações

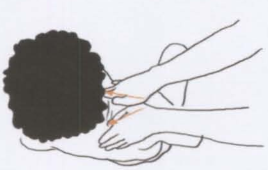
1. Além dos recursos, como o de expor figuras que podem ser ossos da cintura escapular, como escápula, clavícula, ossos do braço e da mão, a palpação das estruturas ajuda a construir uma imagem sensorial. Por exemplo: ao ser incentivado a tocar a escápula (também chamada de omoplata) do colega, o aluno acaba descobrindo a localização exata, o tamanho e o formato dessa região anatômica, o que aumenta sua percepção na hora de praticar o movimento.

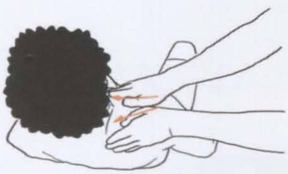


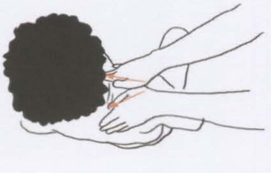


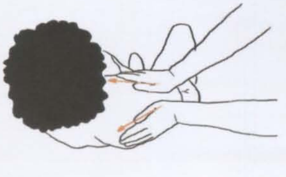
2. O educador também pode pedir ao aluno que apóie uma das mãos sobre a clavícula (osso da "saboneteira") do colega, enquanto a outra mão continua tocando-lhe a escápula. Em seguida solicite, ao aluno "tocado", a elevação do ombro em direção à orelha do mesmo lado. Essa experiência ajuda a perceber como esses ossos relacionam-se dentro do movimento e a detectar o volume interno que existe entre eles.









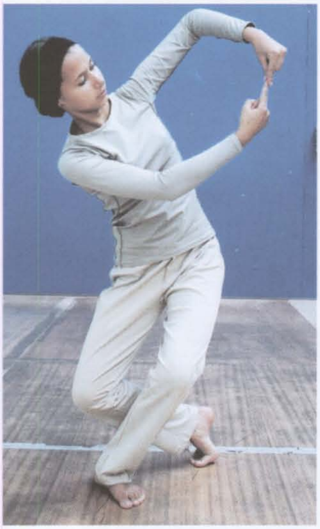


3. O ato de tocar-se e de tocar o outro é fundamental para que o aluno possa reconhecer-se como estrutura.

4. Como vimos, é a pele que nos ajuda a perceber nossos movimentos. É por intermédio dela que informamos ao músculo sobre uma direção de força muscular, o que auxilia na passagem de tensão de um músculo para outro. Por isso, todos os recursos utilizados sobre ela, tais como friccionar, massagem com óleo e escovação, sempre trazem bons resultados tanto na preparação para um exercício quanto na fase posterior à execução.

Trabalhando a Globalidade

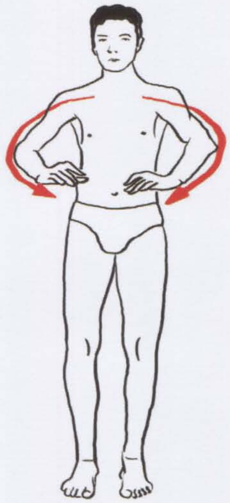
Os exercícios propõem o trânsito das nossas sensações e ações musculares entre espaço interno e externo.



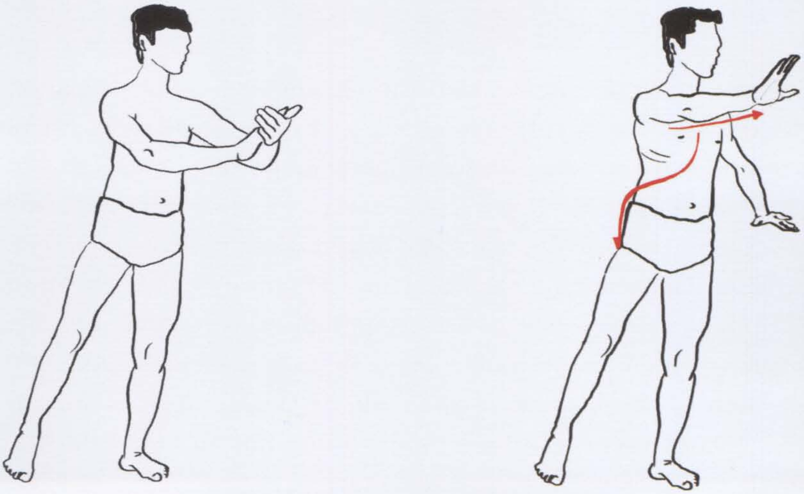
Essa é a razão pela qual o trabalho segmentar e o global se alternam. As partes organizadas estruturam o gesto e a expressão do todo. Ao mesmo tempo, o todo estruturado permite a liberdade do movimento das partes, que atuam com amplitude. Repare, por exemplo, se a cabeça está livre sobre o tronco; se o movimento das mãos não bloqueia os ombros; ou se, no ato de sentar e levantar, a coluna vertebral se mantém alongada, mantendo a distância entre o sacro e a cabeça. Essa amplitude está diretamente conectada com as torções que o corpo livre é capaz de executar em vários planos de ação. Devemos perceber como e por onde passam as tensões musculares, buscando ajustar o corpo num equilíbrio que não é nada estático, mas dinâmico.

Precisamos, agora, integrar todas essas informações ao movimento. Por isso, acompanhe a próxima seqüência de exercícios que, assim como as anteriores, podem ser aprendidas em etapas. Antes de começar, lembre-se de que a organização inicial é a base para a realização de um gesto harmonioso, ou seja, já constitui um exercício.

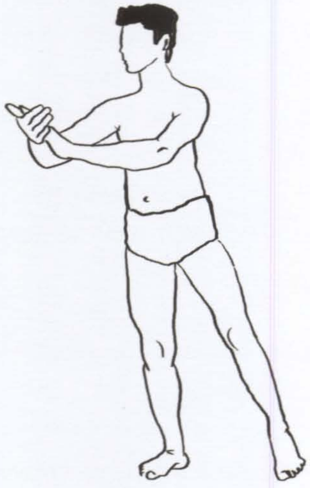
- Fique na posição vertical, com os pés separados na distância de, aproximadamente, um pé.

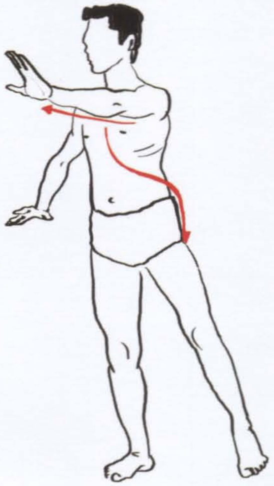


- Bata as mãos uma contra a outra e desloque a mão direita para a diagonal esquerda, cruzando o centro do corpo como se a mão empurrasse um objeto (Mantenha a ação muscular adquirida no exercício da bola).

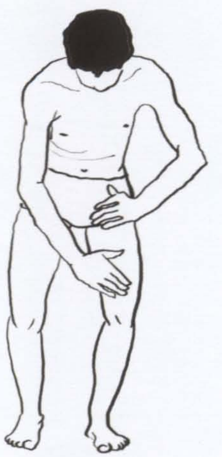


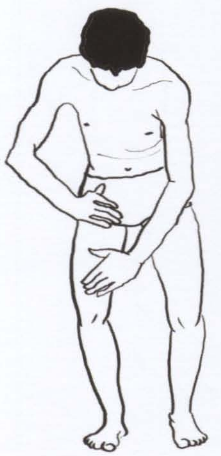
- Bata novamente as palmas das mãos e leve a mão esquerda para a diagonal direita, cruzando o centro do corpo e respeitando os princípios anteriores.

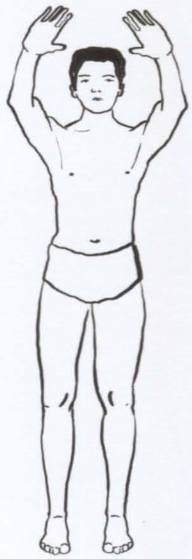




- Bata a mão direita na coxa esquerda e, em seguida, a mão esquerda na coxa direita, terminando com os braços estendidos à frente, na altura da cabeça, como se as mãos estivessem novamente empurrando um objeto.



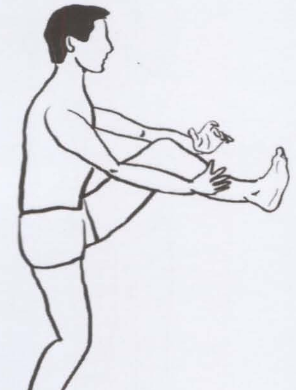


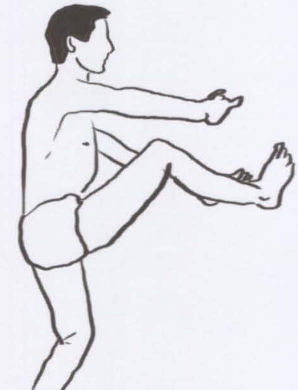


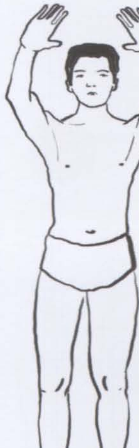
Cabe ressaltar que, durante a execução do movimento, todo o corpo se compromete com ele, ou seja, não são apenas os braços que trabalham. As pernas também estão envolvidas na ação, recebendo a transferência do peso e das forças que passam de um lado para o outro através do tronco. Nesse sentido, a tensão gerada pela contração dos músculos, pelo deslocamento do braço para o lado contralateral, produz uma força de sustentação no tronco, de forma que este não se inclina lateralmente, mas mantém seu eixo de equilíbrio. Assim, a tensão transfere-se lentamente para o outro lado, quando nos deslocamos para a diagonal oposta. Essa modulação garante que o corpo, ao executar o gesto, não perca o volume relacionado às suas linhas de sustentação. É essa força que permite ao braço atingir a amplitude do gesto, num desenho harmônico e livre.

Dentro desse exercício, vale a pena aumentar os graus de exigência como, por exemplo:

- Após realizar a seqüência anterior, podemos pedir ao aluno que, em vez de bater as mãos nas coxas, ele agora bata na tíbia (canela), logo abaixo do joelho, no lado de dentro desse osso. Na troca de um lado para o outro, o praticante deve saltar levemente e bater na tíbia, que está no ar, enquanto o outro pé chega ao chão.



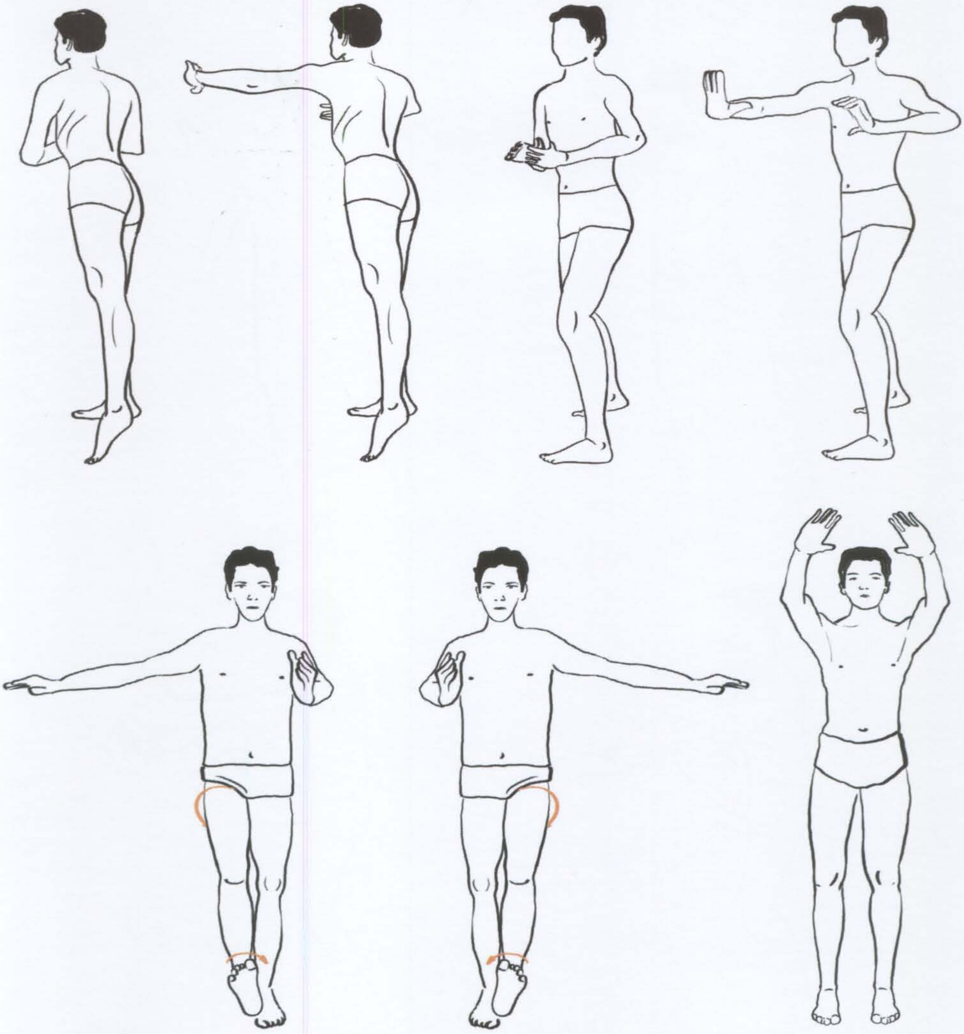


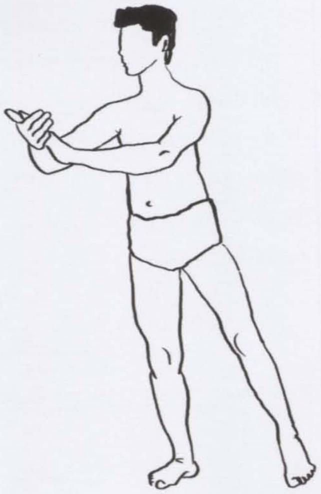


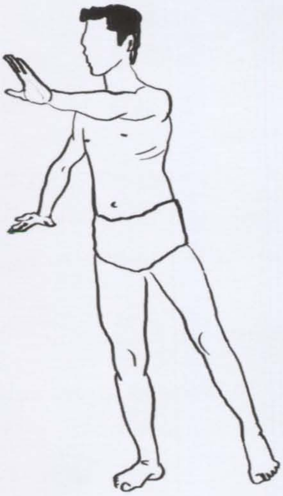
Obs.: Alternar os lados aumenta a quantidade e a velocidade de conexões no cérebro, melhorando o potencial para reter informações e aprimorando as habilidades motoras. O exercício pode ser efetuado algumas vezes para um lado e para o outro, até que se complete uma volta inteira de um lado e então uma volta inteira do outro. Uma estratégia que auxilia a orientação do corpo no espaço é deslocar a frente para diagonal da sala. Agora os giros passam a ocorrer nas quatro diagonais assim redefinidas.

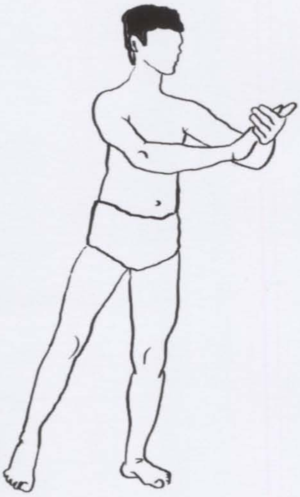
Continuidade do Exercício:

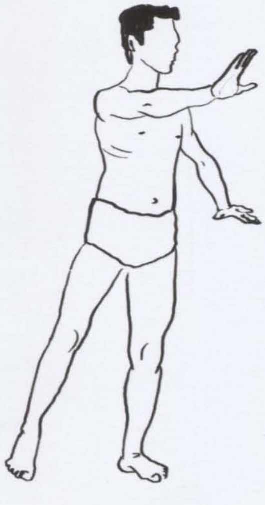
- No momento do pequeno salto, gire o corpo todo 1/4 de volta. A lateral do praticante agora passa a ser a sua frente.

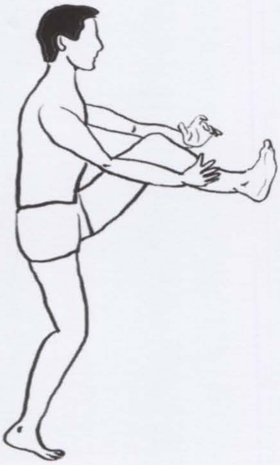


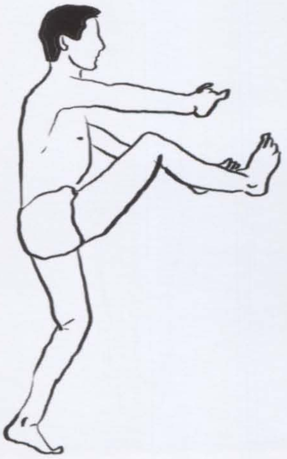












Não se Esqueça:

1. Um pé organizado, possui dois os arcos: transverso e longitudinal. Esses arcos exercem a função de amortecer o impacto do pé contra o solo.

2. O trabalho em várias direções ajuda a desenvolver a noção de espaço. O aluno também descobre que o deslocamento ocorre em planos distintos ao redor de um eixo que o equilíbrio sustenta.

Obs.: Nada impede que você use sua criatividade para descobrir outros movimentos.

Notas Finais Sobre a Globalidade

Os graus de desorganização de um gesto se traduzem por músculos que, agindo fora de seus padrões, desajustam as junções ósseas (articulação). Esses músculos tornam-se os verdadeiros "vilões", dificultando o movimento. Por exemplo, se a cada passo, a pessoa impulsiona o joelho para trás, os músculos posteriores da perna encurtam-se, bloqueando o joelho. Daí surge a idéia: "Preciso alongar os músculos!". Mas será que alongar é esticar bastante a perna, levando o joelho para trás? Essa ação não seria similar àquela em que a pessoa caminha desordenadamente?

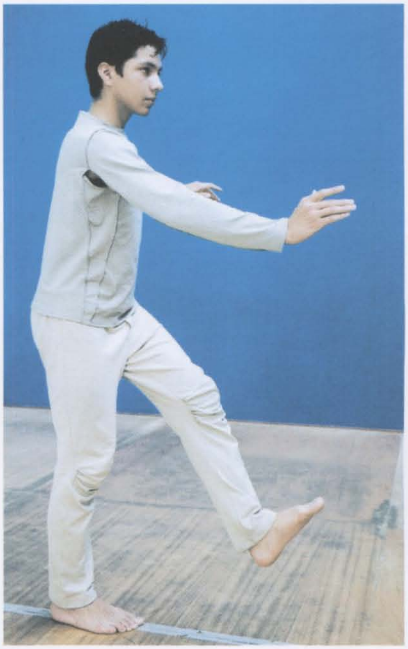
É preciso entender como o corpo funciona, para que se possa modificá-lo. Por isso, é bom ressaltar:

1. A voz do professor dá o ritmo do exercício. É a emissão de sua voz que, modulada em diferentes alturas e sonoridades, regula a qualidade do movimento e da ação muscular.

2. A sobrecarga de atividade física, seja por intensidade, seja por repetição, pode acarretar lesões de graus variados. Porém, quando um corpo se encontra mais organizado e equilibrado, os riscos e a intensidade da lesão tendem a diminuir, pois os reflexos de proteção estão mais bem preparados, gerando respostas mais rápidas em casos de estiramentos, entorses etc. Os exercícios, à medida que o empenho se refina, podem então aumentar em velocidade.

3. A repetição dos exercícios só tem eficácia se realizada dentro de um ritmo compassado e atento, que favoreça a construção da imagem do gesto por meio da percepção. A proposta é preventiva.

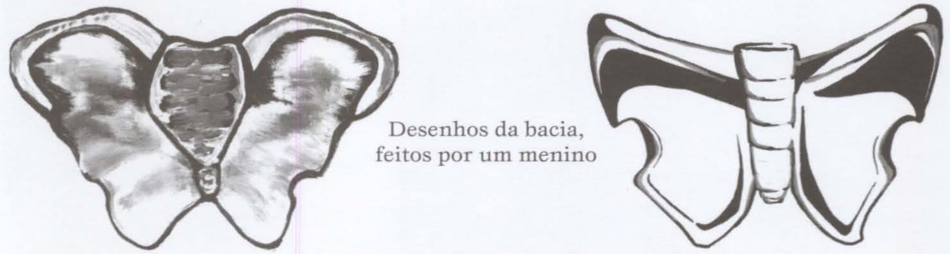
4. Os músculos flexores (anteriores) se contraem mais rapidamente do que os extensores (posteriores). Existe uma comunicação estreita entre eles, de forma que um, sucessivamente, interfere na ação do outro. Daí a importância de modular à tensão, tanto numa flexão como numa extensão, como sucede no andar, por exemplo.



Para o Trabalho em Grupo, Vale Ainda Destacar:

1. Um caderno de anotações é sempre útil como um acervo de imagens e informações.

2. Desenhos, mímicas ou esculturas em argila ou barro auxiliam na percepção. É como concretizar uma sensação, traduzir uma imagem internamente construída. Mas é fundamental que a dinâmica parta sempre da imagem interna do indivíduo, e não de uma reprodução do que se vê em livros de anatomia.



Desenhos da bacia, feitos por um menino

3. A utilização de uma pessoa como modelo funciona muito bem, quando se quer explicar ou até mesmo esclarecer algumas dúvidas que possam surgir durante a execução de um exercício. Mas cuide para que ninguém seja exposto de forma negativa. Lembre-se de que cada um tem sua maneira própria de funcionar e seus limites. Nunca deve haver constrangimentos, nem a conotação de que tal coisa é melhor ou pior.

Um corpo estruturado é um projeto a ser conquistado e as ferramentas básicas necessárias são: o professor, o aprendiz e a ligação com o grupo. Exercitar o gesto é uma maneira muito prazerosa de apropriar-se do próprio corpo e dar a ele autonomia e liberdade de expressão.

Andrea Amaral Castillo é fisioterapeuta graduada na Unicid (1996), com trabalho publicado na revista *Fisioterapia em Movimento* (1997/ 1998), sob o titulo "Lesão Muscular". É formada em Reeducação do Movimento pela Escola Ivaldo Bertazzo (1999) e em Cadeias Musculares e Técnicas G.D.S pelo Centro Brasileiro de Cadeias Musculares e Técnicas G.D.S, filiado ao Institute des Chaines Musculaires et Techniques G.D.S. Bruxelas (2003). Hoje atua no ramo de ortopedia (postural) e como professora no curso de formação do método de Reeducação do Movimento – Ivaldo Bertazzo.

Percussão

Rafael Y Castro

Em agosto de 2003, em meio às aulas ministradas aos jovens da periferia paulistana, notou-se que muitos deles apresentavam falhas de coordenação motora e imprecisão rítmica. Havia, porém, um remédio para os vários sinais dessa deficiência. Estávamos convencidos de que, dentre outros fatores, precisávamos aperfeiçoar a base rítmica, que lhes seria suprida por meio de aulas teóricas e práticas de percussão.

Cientes das dificuldades, decidimos que a melhor forma de iniciar o trabalho seria por meio da aplicação prática de instrumentos de percussão e ensinamentos básicos de teoria musical. Esses rudimentos sabidamente ajudam a desenvolver nos alunos o raciocínio rápido e a percepção musical, dois requisitos necessários para que eles executem os movimentos exigidos pela trilha sonora e coreografia.

A BASE

Um fator importante a ser levado em consideração é que, no aprendizado de atividades que exigem o desenvolvimento da potencialidade psicomotora e artística, seja ela a dança, seja a música, seja a escultura, há uma série de condicionantes comuns: *disciplina, sensibilidade, coordenação motora e raciocínio*. Essas qualidades refletem, na percepção que o indivíduo estabelece acerca de seu meio. Isto é, são capacidades que o jovem carregará por toda a vida, independentemente da carreira que abraçará no futuro.

Se pensarmos dentro desse contexto maior, é como se houvesse uma interligação entre as artes funcionando feito um macrocosmo, onde cada microcosmo desse todo também atua como seu inteiro, dispondo de seu próprio universo. Isto é, cada arte (dança, percussão, teatro, artes plásticas, fotografia etc.) tem sua teoria, prática e seus recursos; mas pode, se executada com responsabilidade e respeito, mesclar-se às outras, atingindo um outro patamar, que se revela mais completo não só para o desenvolvimento do conjunto de todas as artes, mas também para o refinamento da percepção humana.

Levando em consideração o tipo de trabalho que se estava conduzindo no projeto Dança Comunidade, alguns ritmos pareceram mais apropriados para o ensino da música, em geral, e da percussão, em particular. São eles: baião, samba, ijexá e maracatu.

Existe a facilidade de entrosamento do educador com seu público quando ele utiliza este universo rítmico, pois se trata de um domínio mais próximo ao próprio aluno. O perfil dos jovens com os quais trabalhamos pode ser classificado de "popular". Dentre eles, há muitos praticantes de capoeira, de *street dance* (dança de rua), participantes de grupos de samba, conhecedores de ritmos regionais, além de professores que já costumavam fornecer tais subsídios aos alunos.

Além disso, os ritmos citados foram escolhidos como ferramentas de ensino, pois envolvem um aprendizado rápido, seduzindo o praticante pela sonoridade que o remete, muitas vezes, à sua própria ancestralidade musical. Um importante benefício está ligado ao desenvolvimento psicológico e comportamental. Para executar qualquer um desses ritmos, há a exigência de que o aluno empregue todas faculdades motoras e mentais, o que o incentiva a emprestar à atividade uma dedicação igualmente completa, fortalecendo-lhe a determinação de caráter.

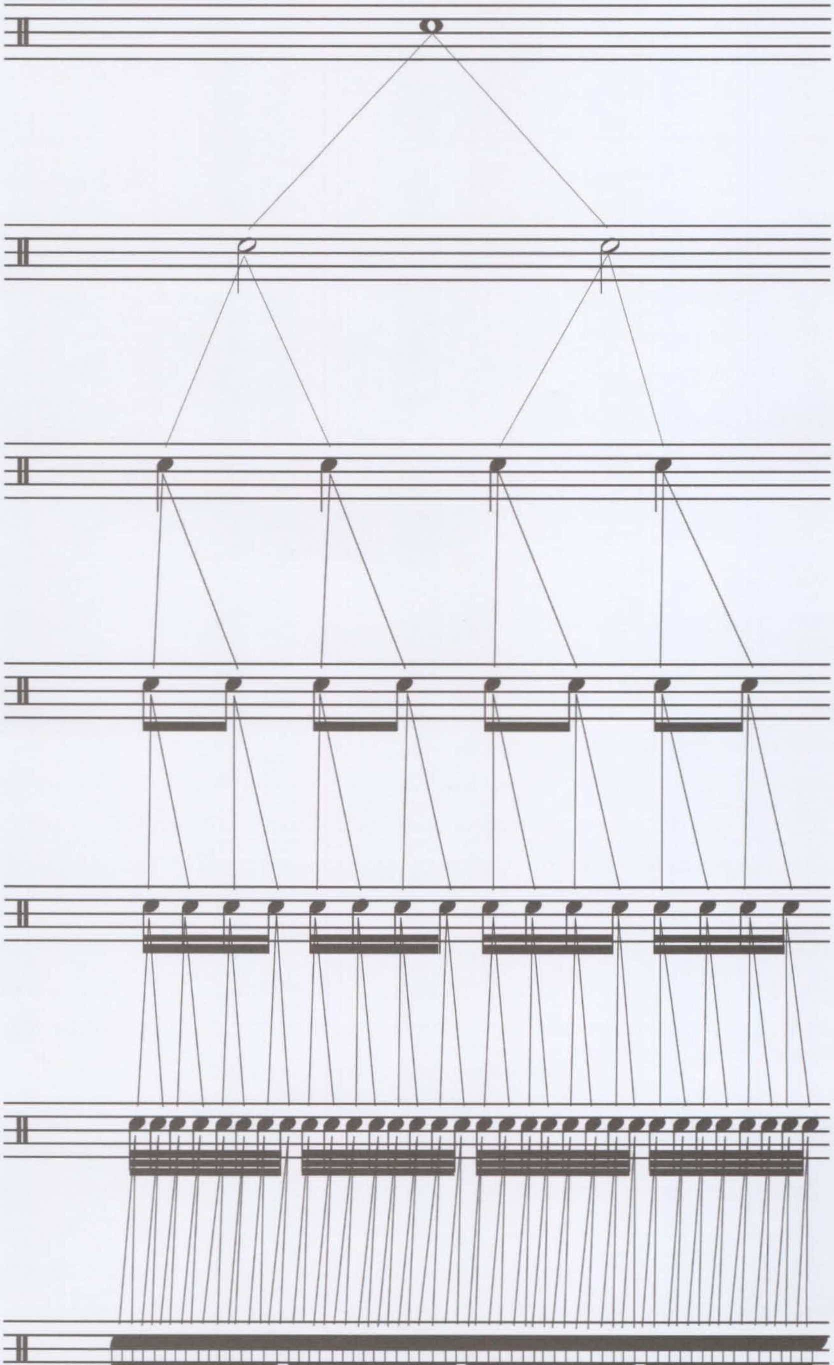
Durante as aulas, os ritmos foram executados por intermédio de instrumentos utilizados em escolas de samba: tamborim, caixa, surdo, ganzá, cuíca, pandeiro, reco-reco, agogô, repinique. Ministramos aulas de 1 hora e 30 minutos de duração, três vezes por semana.

No caso específico da bateria (não se deve confundir com a bateria de escola de samba), o elo com o aprendizado de tempo e ritmo, além do refinamento da coordenação motora, torna-se ainda mais evidente. Para aprender a tocar esse instrumento, o aluno precisa entabular uma divisão mental em quatro partes, pois cada membro do corpo executa, na maioria das vezes, uma nota com duração diferente da outra.

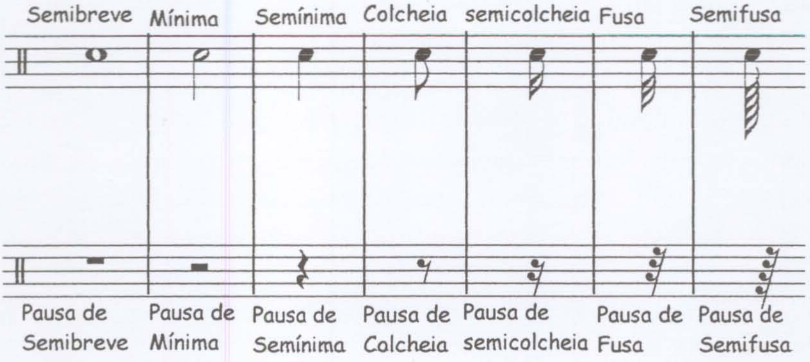
Não se deve esquecer o ensinamento da parte teórica da percussão. A teoria ministrada por meio da escrita e leitura de partituras facilita e acelera o processo de aprendizagem de um instrumento. O valor das notas e sua duração são fundamentais para a prática de um determinado ritmo e instrumento. Veja, na próxima página, alguns dos valores mais comumente utilizados na música, seguidos de suas respectivas pausas.

Elementos da teoria, tais como símbolos, fórmula de compasso, pausa e dinâmica, devem ser ensinados. Trata-se de aspectos fundamentais para um melhor desempenho na prática dos instrumentos. Vejamos um exemplo. Convencionalmente um ritmo tradicional comporta mudanças de intensidade para alcançar o resultado adequado. No caso da bateria de uma escola de samba, começa-se costumeiramente numa intensidade baixa, com o repinique soando sozinho. Aos poucos, num crescendo, surge um diálogo de outros instrumentos com o repinique, para que, no ápice, todos toquem juntos, numa intensidade bastante forte. Para que o aluno possa avaliar essa idéia com maior precisão, há a necessidade de aplicar o conceito de *dinâmica* na prática de um ritmo, porque esse fundamento também alterna momentos altos e baixos, fortes e fracos (na música erudita, temos as notações *forte*, *fortíssimo*, *piano* e *pianíssimo*, para marcar essas variações de intensidade), indispensáveis para o resultado final a que se pretende chegar. Essas noções, quando aplicadas à dança, resultam em uma ordenação de movimentos também fortes e fracos, organizados em função do que a trilha sonora e a coreografia solicitam.

Divisão de Valores de Duração Musical
(1: 2: 4: 8 etc.)



Figuras de notas e suas respectivas pausas


Semibreve
Mínima
Semínima
Colcheia
semicolcheia
Fusa
Semifusa
Pausa de Semibreve
Pausa de Mínima
Pausa de Semínima
Pausa de Colcheia
Pausa de semicolcheia
Pausa de Fusa
Pausa de Semifusa

METODOLOGIA E EXERCÍCIOS

Embora a metodologia utilizada seja, em sua essência, intuitiva, pois a criação musical se constrói por meio do improviso, esse pressuposto logicamente precisa vir ancorado num largo repertório teórico e prático. Para isso, o professor deve ensinar o manuseio do maior número possível de instrumentos da área da percussão, incluindo todas as variantes da execução, desde a bateria de uma escola de samba, passando por maracatus, afoxés, festas regionais, até seu uso numa orquestra. O educador precisa dispor de uma noção clara acerca da junção dessas variantes, para que possa transmitir a amplitude de seu conhecimento ao aluno, sem limitar-se aos recursos de fácil acesso.

A metodologia, em parte, deve utilizar exercícios técnicos de percussão ou rudimentos que trabalham a coordenação motora (direita/esquerda). Essa técnica ajuda a desenvolver, em qualquer pessoa que a pratique (independentemente de ser músico, dançarino ou ator), a facilidade para criar reflexos, independência rítmica e um maior controle do movimento – conseqüentemente dando-lhe maior “ginga” na execução de movimentos corporais. Estes rudimentos também podem acarretar um melhor desempenho do indivíduo em atividades do cotidiano como dirigir, digamos.

Antes de começarmos com os exercícios, é importante explicar ao aluno qual é a postura adequada, para a prática da percussão. Ele deve sentar-se de coluna ereta, sobre os ísquios (os ossinhos do interior das nádegas), numa posição que lhe seja confortável, mas não relaxada. Os cotovelos devem ficar dobrados, nem colados ao corpo nem situados a uma distância muito grande (*veja a foto p.165*). As mãos, que seguram as baquetas, devem estar com as palmas voltadas para baixo, e não para o lado. Observe que as pontas das baquetas se tocam, formando o canto de um triângulo (as baquetas são dois dos lados e o terceiro, imaginário, é representado pela distância entre os pulsos) (*p.167*). Lembre-se sempre de que, para todos os exercícios técnicos que vamos descrever, o movimento se dá apenas com os pulsos e não com o braço. Essa atitude evita um desgaste desnecessário de energia, já que o braço só é usado em movimentos muito específicos, que exigem uma força maior.

Toque Simples

Este exercício, assim como os três seguintes, são excelentes para desenvolver as noções de direita e esquerda. Diante do praticável (borracha de estudo), o aluno deve alternar as batidas, primeiro com a mão direita, depois com a esquerda. O ritmo deve começar lento, acelerando aos poucos.

Toque Duplo

Segue como o exercício anterior, mas agora o aluno dá duas batidas de cada lado no praticável, sempre começando lento e paulatinamente acelerando.

Toque Triplo

Igual aos anteriores, mas efetuado com três toques de cada lado.

Toque Múltiplo

Agora, o aluno não dá batidas no praticável. Segurando a baqueta com maior frouxidão, ele como que a "deixa cair" sobre o praticável (gesto deve ser produzido com um vigor apenas ligeiro), permitindo que ela "rebote" (repique) o máximo de vezes possíveis sobre a superfície. O aluno só deve soltar a outra mão quando a série de rebotes estiver acabando, seguindo desta forma repetidamente, alternando, como sempre, a esquerda e a direita.

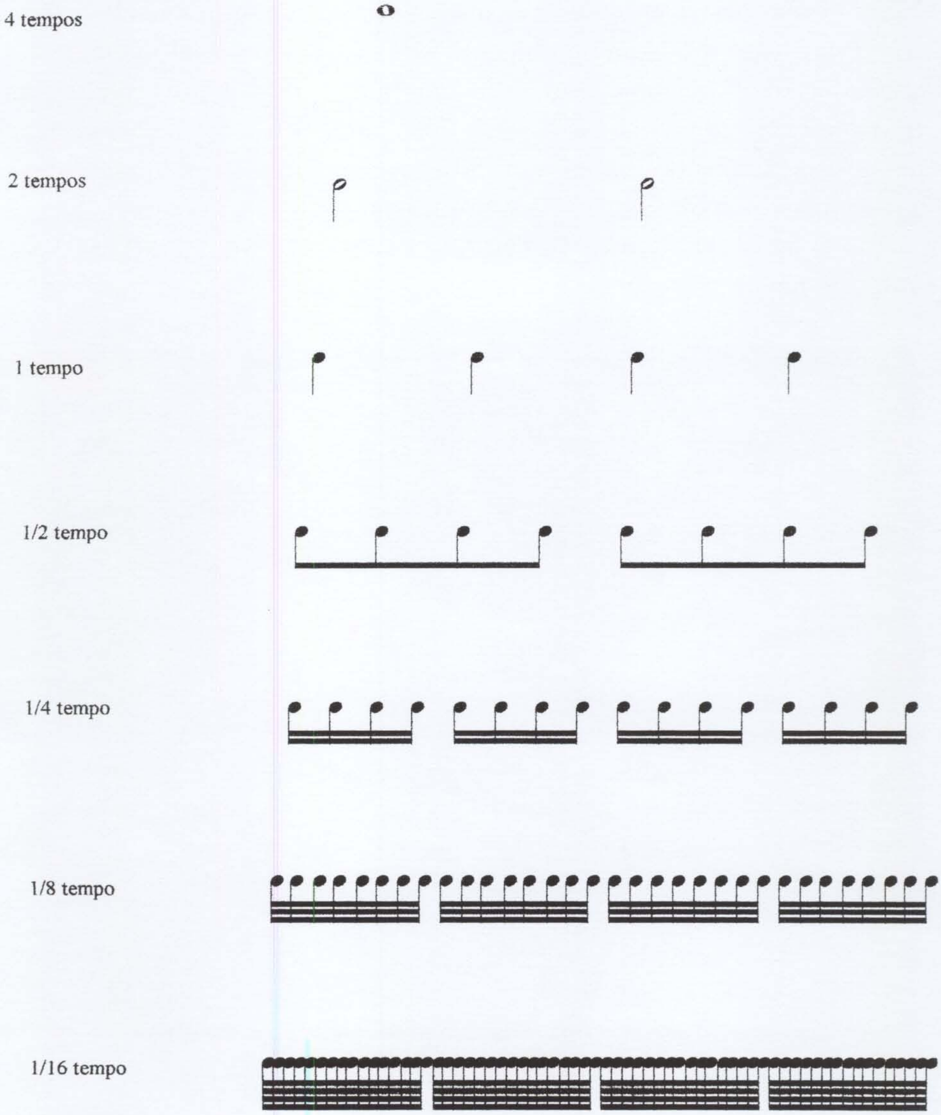
Paradiddle

Além de pôr em ação os conceitos de direita e esquerda, este exercício aprimora ainda mais a coordenação motora. Novamente usamos as baquetas e o praticável. Se quiser, em vez do praticável, pode-se empregar a caixa (instrumento). O aluno deve bater no mesmo ritmo (quatro batidas por tempo), alternando as mãos, na seguinte seqüência: direita, esquerda, direita, direita, esquerda, direita, esquerda, esquerda. Aliás, o nome *paradiddle* é uma onomatopéia, pois se baseia no ritmo e no som da batida: "pa-ra-diddle", que pode seguir qualquer seqüência, como direita ("pa"), esquerda ("ra"), direita ("di"), direita ("ddle"; pronuncia-se "dôu"). Depois de aprender essa série, o professor pode passar para as variações, lembrando ao aluno que mantenha o mesmo ritmo, o mesmo tempo.

Variações:

DEED EDDE DDED EEDE DEDE EDED

(D: direita; E: esquerda.)

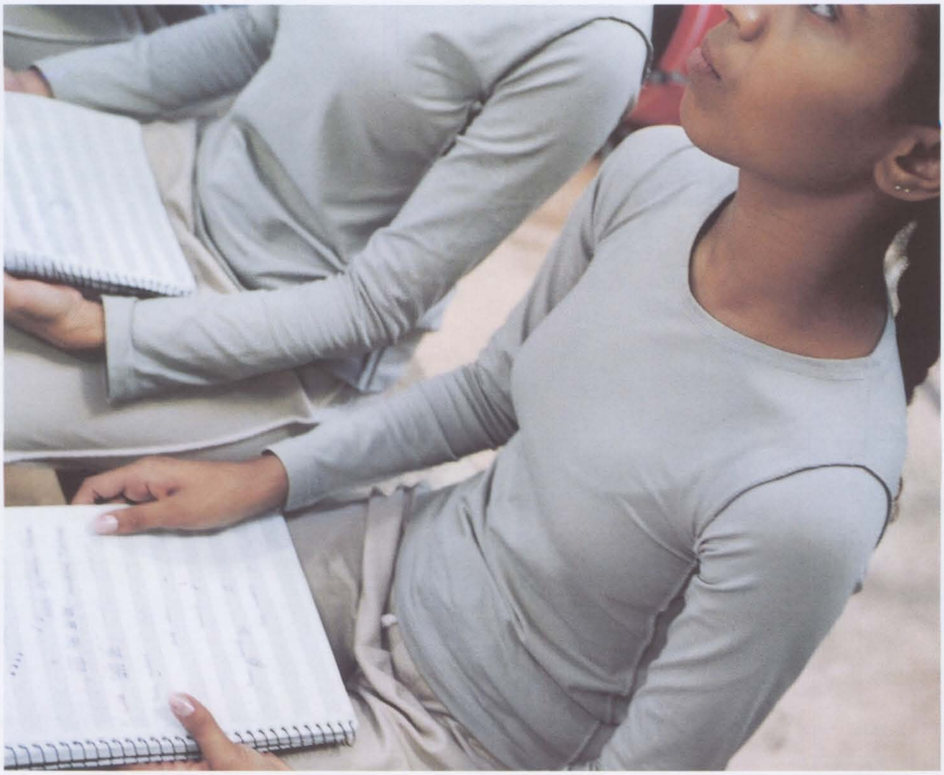

4 tempos
2 tempos
1 tempo
1/2 tempo
1/4 tempo
1/8 tempo
1/16 tempo

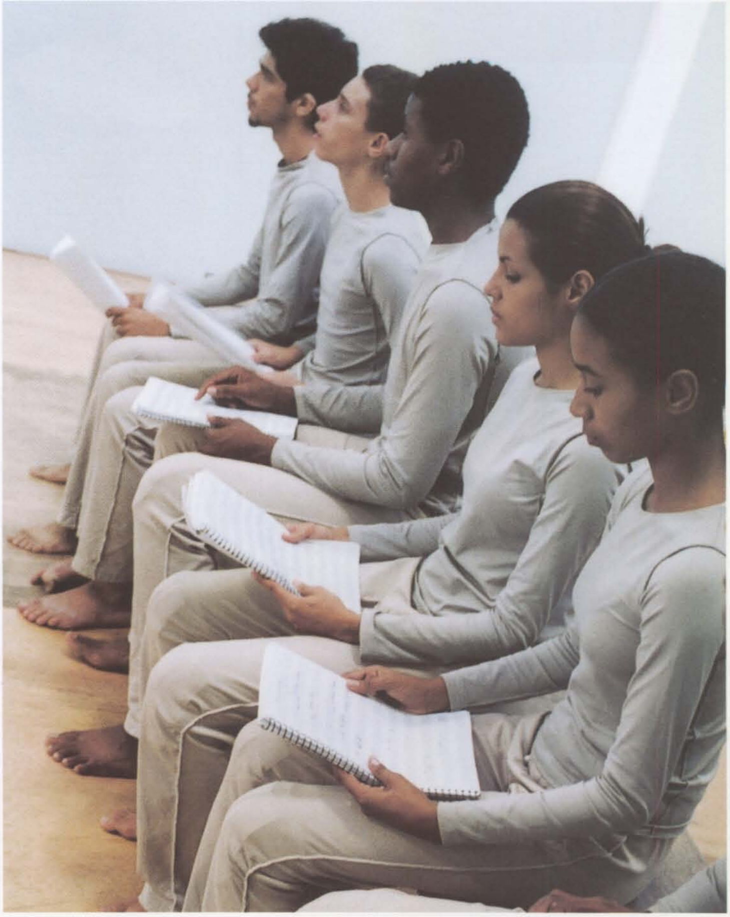
Para aumentar o grau de dificuldade: O *paradiddle* é um exercício que se abre a várias possibilidades de utilização. Por exemplo, pode-se pedir para que o aluno faça a batida da mão direita no prato, enquanto a esquerda fica percutindo a caixa. Se quiser, aos poucos, posso introduzir uma combinação com as pernas, com acompanhamento de baião ou samba, dentre outros.

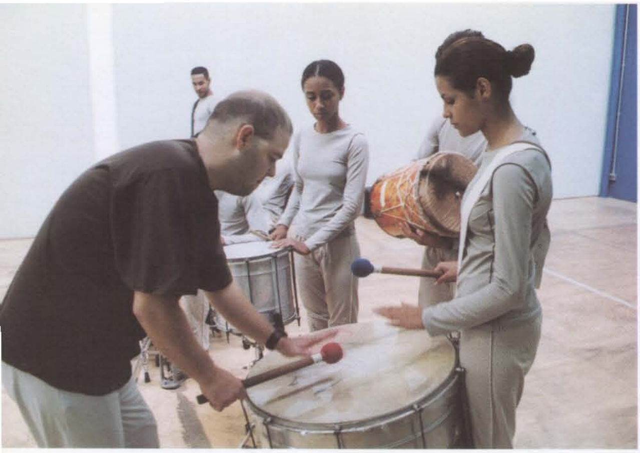
Exercício Combinando Mãos e Pernas

Embora se trate de uma prática específica de bateria, o treinamento seguinte pode ser executado no praticável ou até sem o uso de nenhum objeto. Neste último caso, o aluno bate as mãos nas pernas e os pés no chão. É bom relembrar (caso ainda não tenha ensinado) o quadro de valores das notas, que apresentamos acima. Usamos, como unidade básica, uma colcheia, que equivale a meio tempo; ou seja, cada duas notas (duas colcheias) perfazem um tempo, ou uma semínima. A fórmula do compasso é de $\frac{4}{4}$ (quatro tempos por compasso ou oito notas) Podemos iniciar na seguinte seqüência:

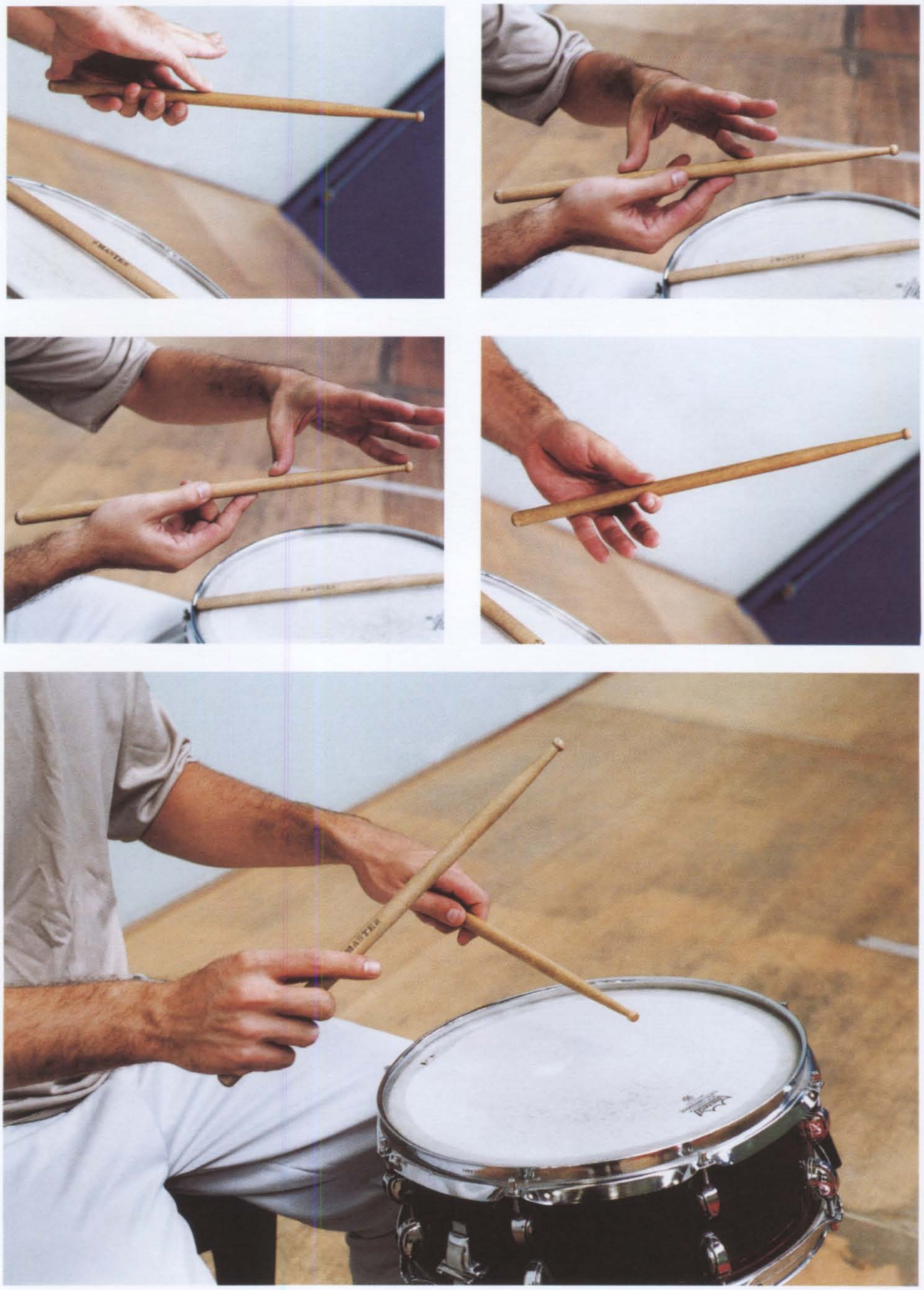
PD MD MD MD PE ME ME ME PD ME ME ME PE MD MD MD
(P: pé; M: mão; D: direito/a; E: esquerdo/a)



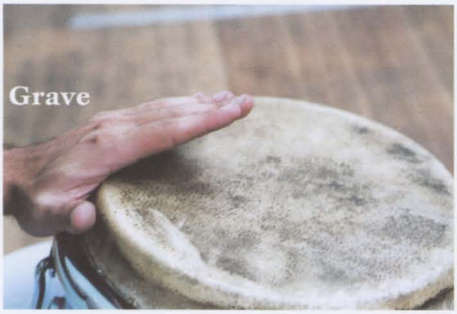


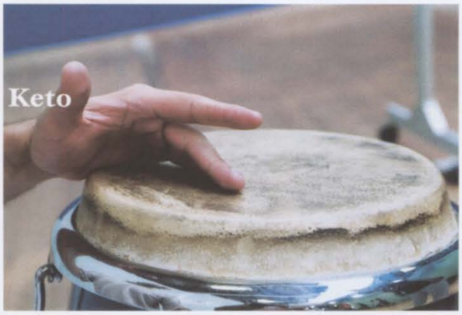


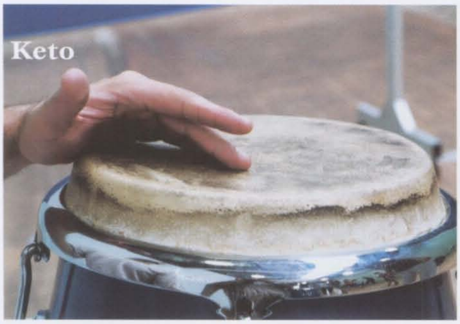
**Divisões funcionais da baqueta:
base e ponta (o terço médio não tem função).**

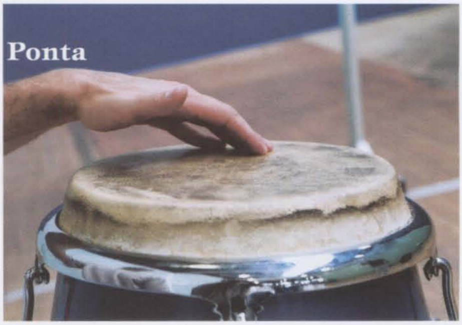


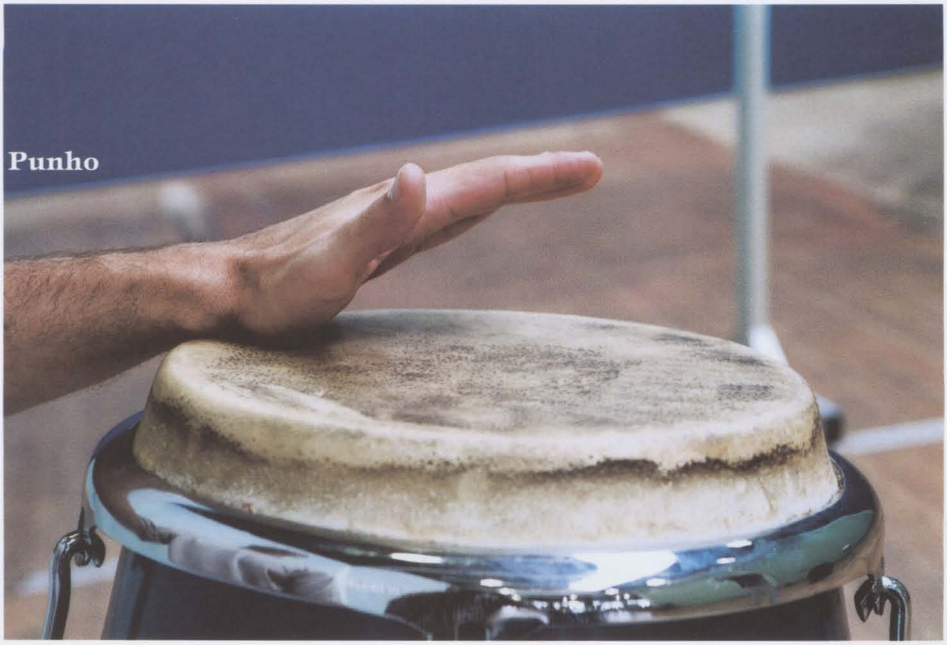
Tipos de golpe:





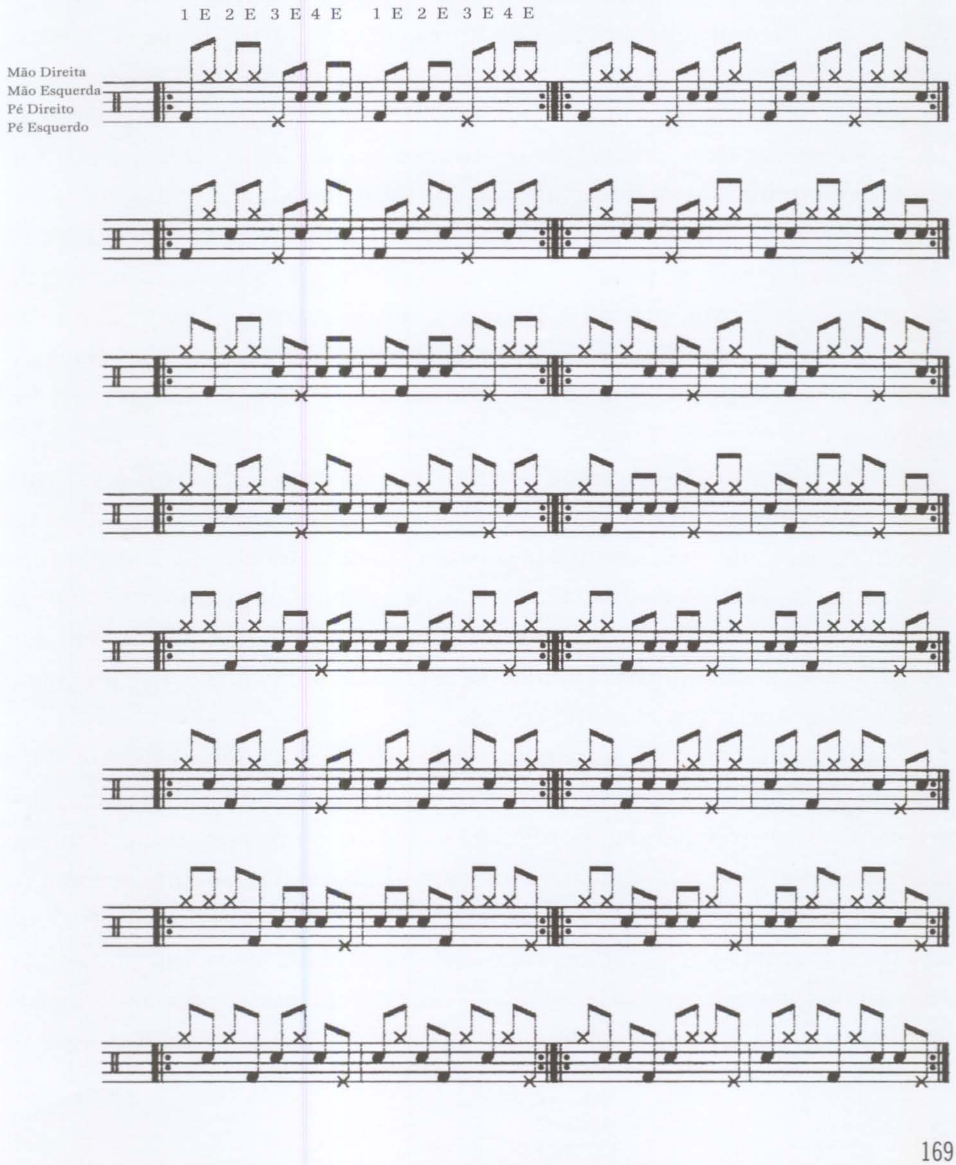






Abaixo, na partitura, podemos seguir com outras variações possíveis. Observe que a mão direita é sempre o X na quinta linha (a contagem se faz de baixo para cima), enquanto a esquerda (a caixa) é a bolinha no terceiro espaço. O X da primeira linha representa o pé esquerdo (timbal), enquanto o primeiro espaço (bumbo) indica o pé direito. A linha inferior indica o pé, enquanto as superiores indicam o das as mãos. Para quem tiver dificuldade em acompanhar uma partitura, recomendamos a consulta de um dos manuais básicos sugeridos em "Indicações de Leitura".

Exercícios de Independência


1 E 2 E 3 E 4 E 1 E 2 E 3 E 4 E
Mão Direita
Mão Esquerda
Pé Direito
Pé Esquerdo

EDUCANDO PARA A VIDA

Percebemos que as aulas de música contribuem para uma maior integração entre as artes. A percussão torna-se muito útil para o desenvolvimento da dança, por exemplo. Os alunos se envolvem porque percebem o rápido benefício trazido pelo aprendizado musical; seu envolvimento torna-se concreto, pois sentem que o retorno reflete em vários setores da expressão corporal.

De fato, os alunos do projeto sempre demonstraram envolvimento e disposição para aprender mais. Há a clara percepção de que o conhecimento lhes será útil. A metodologia foi aprovada, como afirmam alunos e monitores do projeto: "É um jeito gostoso de aprender". A partir dessa declaração esclarecem: como se trata de informações muito diversas, eles se sentem na obrigação de estudar teoria, a fim de melhorar o desempenho na prática.

Sempre se deve incentivar o intercâmbio de dados. Detectamos um grande envolvimento na retransmissão das informações ensinadas, bastando atentar para o hábito dos alunos veteranos de passar os exercícios para os mais novos. Ou seja, ao mesmo tempo em que aprendem fácil, ensinam fácil. É a mescla de teoria, prática e ensino. Com o desenvolvimento das aulas também observamos uma percepção melhorada dos alunos em relação à música da coreografia, com uma nítida melhoria na precisão rítmica dos movimentos.

Os educadores ligados ao projeto Dança Comunidade, que acompanharam as aulas de percussão, também sentiram que o curso lhes foi benéfico, pois puderam empregar o conhecimento teórico da música (por exemplo: a redação de partituras, a noção de quantos compassos existem em cada peça, o aprendizado de como se diminui o andamento etc.) em seu trabalho com a coreografia. Quando se domina a técnica, a conseqüência é sempre uma maior liberdade de criação.

Como afirmamos anteriormente, os benefícios trazidos pelo aprendizado musical interessam não só a quem pretende dedicar-se à carreira artística. Os exercícios de coordenação, que incluem noções de tempo e duração, despertam a capacidade rítmica, estimulam o raciocínio, afinam os reflexos. Com isso, o cérebro é constantemente ativado, sendo que, durante a prática, costuma-se exigir o máximo dele. A agilidade mental advinda desse empenho acaba oferecendo resultados salutares em quase todas as situações de nossa vida, desde um simples caminhar até a resolução de um complexo exercício de matemática.

O desafio sempre é progredir mais e mais, pois o universo da música é infinito. Após ensinar esses rudimentos aos alunos, o professor deve, quando possível, encaminhá-los para as trilhas mais complexas da música, rumo às técnicas mais avançadas, impulsionando não só aprendizado do jovem, como também a porção formativa do ser humano.

Rafael Y Castro é percussionista e arte-educador. Nascido em Toledo (Paraná) em 1977, iniciou-se na música pelo exercício da flauta doce, aos seis anos de idade. Estudou percussão na Escola de Música de Belas Artes do Paraná; com o PIAP, grupo de percussão do Instituto de Artes da Unesp, e com Osvaldinho da Cuíca. Ministrou cursos de percussão ao coral infantil do colégio Mackenzie, com quem realizou turnê pela Europa, e para crianças da comunidade da escola de samba Império do Cambuci.

Origami

Keiko Abe

O origami é a arte de dobrar papel transformando-o em figuras diversas como animais, flores, aves, formas geométricas, além de objetos como caixas, envelopes, embalagens e outros. A palavra, de origem japonesa, é composta de oru = dobrar e kami = papel.

A dobradura provavelmente foi levada, junto com a técnica de fabricação do papel (inventada pelos chineses), por um monge budista que viajou da China para o Japão, via Coréia, no século VI. Por ser inicialmente um material muito raro e dispendioso, a utilização do papel era limitada a cerimônias religiosas tradicionais, com dobras muito simples. Como a maior divulgação dessa técnica partiu do Japão, em qualquer lugar do mundo onde é praticada se conhece a palavra japonesa origami. No Ocidente, a Espanha é o país pioneiro nessa arte.

No Japão, o origami é uma das mais antigas heranças culturais. Durante séculos, sua técnica foi transmitida pelas mães aos seus filhos, fazendo parte da vida nipônica. Entre as figuras antigas, cujas autorias são desconhecidas e consideradas tradicionais, a mais representativa é o *tsuru* (*grou*), pássaro símbolo do Japão; a mais plástica, o sapo; e a mais elaborada, o caranguejo. Todas são construídas com dobras bem diferentes.

O *tsuru* simboliza saúde, felicidade, vida longa e, desde a última Guerra Mundial, paz. Na cidade de Hiroshima, onde a bomba atômica causou milhares de mortes, a jovem Sadako Sasaki, que contraiu leucemia como muitas outras pessoas expostas à radiação, decidiu dobrar mil *tsuru* para recuperar a saúde, seguindo a antiga tradição que granjeia a realização de uma graça a quem concluir essa tarefa. Quando faltavam 365, ela morreu, mas seus colegas de classe acabaram de dobrar os *tsuru*, que foram cremados junto com o seu corpo. Desde então, o *tsuru* tornou-se símbolo internacional da paz.

O sapo, como figura tridimensional, é considerado uma obra de arte. A sua popularidade se deve a razões lingüísticas, pois em japonês a palavra que designa sapo e o vocábulo que significa "retorno/volta" têm o mesmo som, ambos pronunciados "kaeru".

O caranguejo consta dos antigos livros de instruções. Conseguir dobrá-lo é um motivo de orgulho, pois sua construção exige uma técnica bastante avançada. De uma folha quadrada de papel, com poucos cortes, é possível reproduzir todas as partes do corpo, incluindo as oito patas.

É possível utilizar o origami como atividade profissional. Em vários países do mundo, há grandes mestres que vivem dessa atividade, criando e produzindo peças, escrevendo e publicando livros com instruções para as dobras e manobras, dedicando-se ao ensino. No Brasil há alguns especialistas que se dedicam a essa atividade como autores de livros e como professores. Muitos criam, produzem e comercializam peças para lembranças de casamento, nascimento, decoração de festas e vitrines, cartões, ímãs de geladeira, brinquedos, enfeites para Natal e muitas outras.

UTILIDADE DO ORIGAMI

O mundo do origami é infinito. Quando se popularizou, com o barateamento do papel e a divulgação da arte, foi utilizado como forma de lazer, mas logo despertou a atenção de cientistas e profissionais de diversas áreas do conhecimento, como matemáticos, engenheiros, arquitetos, biólogos, físicos, que passaram a estudar, criar e usá-lo em seus trabalhos.

Além do aspecto lúdico, o origami é utilizado como recurso pedagógico devido à estreita ligação com a matemática e a geometria, facilitando o ensino de:

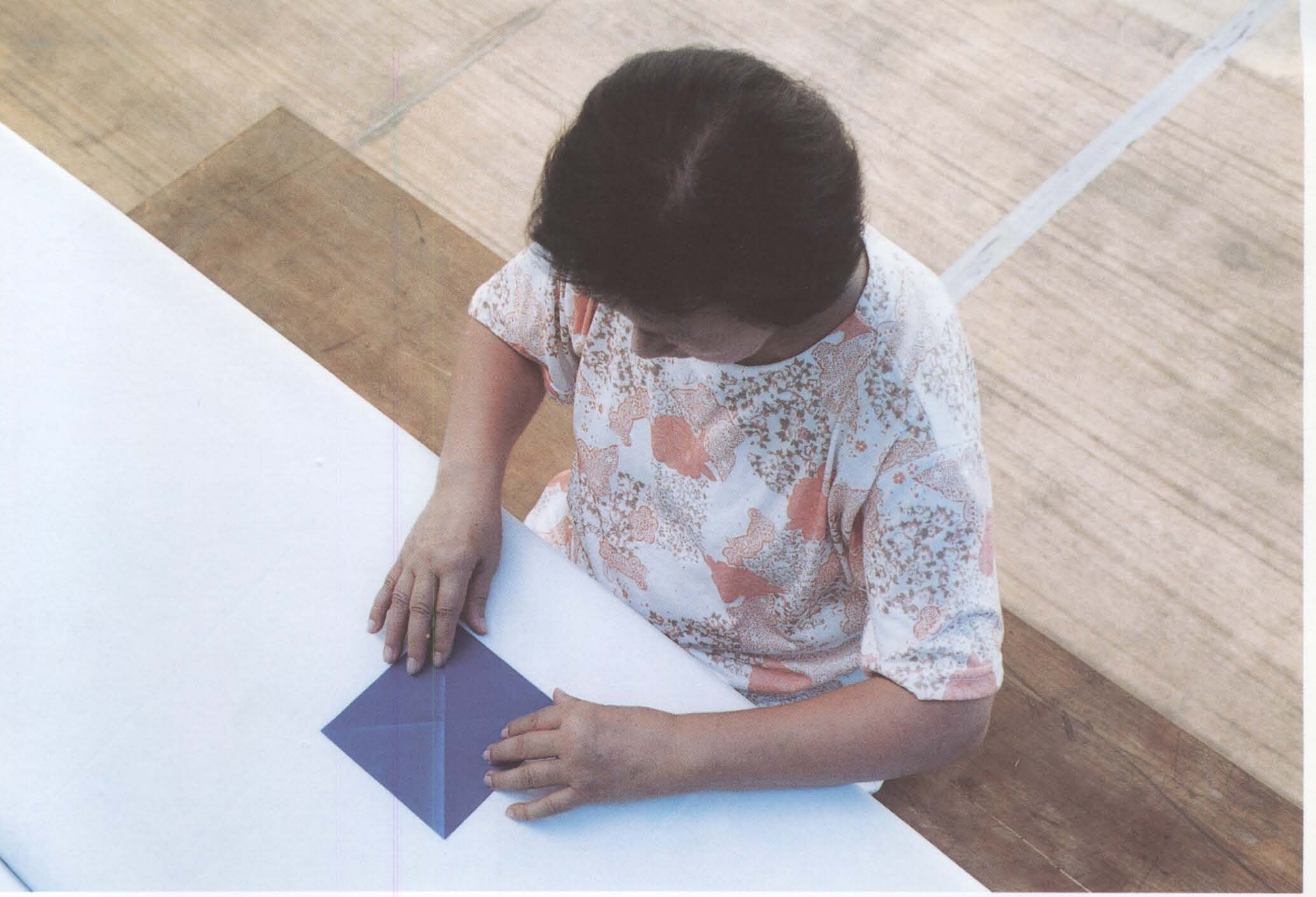
Cores - usando papel colorido;

Frações - metade, terço, quarto, quinto etc., apenas com o uso das dobras, pelo processo aritmético para a divisão em números pares, e recorrendo aos princípios matemáticos, para a divisão em números ímpares;

Ângulos - reto, agudo, obtuso;

Formas geométricas - quadrado, retângulo, losango, triângulo, pentágono, hexágono, heptágono, octógono, decágono etc.

Além disso, é usado para fins terapêuticos em clínicas de psicologia e em empresas que procuram combater o estresse de seus funcionários.



O ENSINO DO ORIGAMI

O origami é considerada uma atividade perfeita e muito econômica, sem necessidade de qualquer equipamento, pois se empregam apenas as mãos e um simples pedaço de papel, fácil de se obter.

O tipo de papel mais usado e fácil de trabalhar é o papel dobradura espelho. Contudo, é possível fazer origami com qualquer papel, como folhas de revistas ou jornais, folhetos de propaganda e outros, contanto que estejam limpo e seco. Dependendo da figura a ser dobrada e do seu tamanho, pode-se utilizar papel mais fino, como o de seda; ou mais grosso, de gramatura mais alta, mais difícil de trabalhar.

O formato mais utilizado é o quadrado perfeito, isto é, com quatro lados iguais e quatro ângulos de 90° cada, vendidos já cortados. Outros formatos, como retângulo, triângulo, pentágono, hexágono, redondo, podem ser igualmente empregados, dependendo da figura a ser dobrada. O formato A4 também é muito utilizado.

Aprender origami independe de idade, saúde, raça, escolaridade. É muito fácil: basta querer. Mas é preciso obedecer a algumas regras:

- prestar atenção;
- ouvir e olhar atentamente o que está sendo explicado e mostrado;
- manusear o papel com cuidado, sem amassar, sujar nem molhar; isto é, com as mãos limpas e secas, por causa da sensibilidade do papel à umidade;
- dobrar com cuidado, alinhando os lados e os cantos com precisão;
- vincar bem cada dobra;
- memorizar a seqüência das dobras e manobras.

Para principiantes, o origami é um desafio, mas à medida que se familiarizam com as dobras e manobras, no dobrar/desdobrar, fazer/desfazer, nas tentativas de acertos e desacertos, os alunos aos poucos encontram suas próprias maneiras de solucionar as dificuldades, achar saídas, o que ajudará a desenvolver a capacidade de lidar com situações cotidianas. Pelo tipo de desafio que oferece ao jovem, o origami não deixa de ser um treinamento valioso para sua autocapacitação, um treino para os problemas que terá de enfrentar em sua vida.

O origami é uma atividade que requer atenção, concentração, paciência, perseverança, persistência, introspecção, memória, coordenação motora fina e criatividade, o que ajuda a desenvolver essas qualidades.

Para essa preparação interior, isto é, para que o aluno se auto-organize, o instrutor precisa pedir para que o aluno se acomode em seu espaço físico, sente-se confortavelmente, num local adequado, devidamente iluminado, aquiete-se e volte-se para o seu mundo interior, pois o origami consiste numa atividade bastante individual. Para alguns, especialmente os mais agitados, essa concentração, essa intenção de descobrir e ocupar o seu espaço interior, pode ser um desafio, que vai sendo paulatinamente conquistado.

PASSOS BÁSICOS

É importante transmitir algumas informações teóricas básicas, associadas à parte prática. As instruções acompanham as respectivas dobras e manobras para formar uma figura. Geralmente utilizamos o papel espelho, que tem frente e verso, isto é, colorido de um lado e branco do outro. Os gestos são sempre minimais, pois os movimentos das mãos e dos braços, apoiados na superfície da mesa, não ultrapassam a largura do corpo.

O método é o de repetição de cada passo, que deve ser descrito e mostrado pelo instrutor, que ainda pode usar a parede para apoiar o papel a ser trabalhado, a fim de proporcionar maior visibilidade para todos. As explicações devem ser ouvidas e observadas com atenção, pois além de captar regras como "frente/verso", "direito/esquerdo", "superior/inferior", "lado com lado", "ponta com ponta", "até a linha marcada", "girar ou virar a peça", dentre outras, o aluno deve empreender as dobras, que lhe são mostradas ao mesmo tempo em que as instruções vão sendo passadas.

Depois de concluída a execução de uma figura, os procedimentos devem ser sempre repetidos, desde o começo, para ajudar o aluno a memorizar a seqüência. O participante deve organizar seu caderno de anotações, de modo a incluir a seqüência realizada.

As figuras feitas podem ser chapadas ou tridimensionais, utilizando-se uma ou mais folhas de papel. Uma peça feita com módulos, geralmente fáceis de dobrar, é muito interessante, mas o encaixe de cada parte é bem mais trabalhoso.

As primeiras figuras são bem simples. Muitas figuras têm as mesmas dobras iniciais e, por isso, há as formas básicas, com nomenclatura própria, a partir das quais muitas outras figuras são construídas.

- Para dobrar um papel quadrado ao meio, formando um triângulo, junta-se uma ponta com a ponta oposta e, depois de elas estarem bem

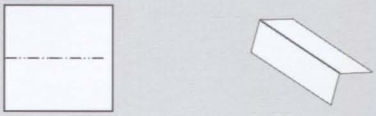
ajustadas, segura-se o ponto ajustado com o dedo de uma das mãos (se destro ou canhoto) e, com o dedo da outra mão, deslizamos deste ponto até a base do triângulo e, em seguida, de um lado e para o outro, vincando a dobra.

- Para dobrar um quadrado ao meio, formando um retângulo, junta-se um lado com o lado oposto e, depois de eles estarem bem ajustados, segura-se o ajuste com os dedos. Com o dedo da outra mão, deslizamos o dedo na parte central até o lado dobrado e, em seguida, de um lado para o outro, vincando a dobra.

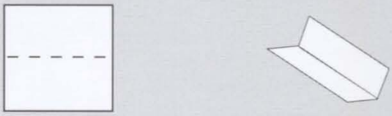
- Para fazer um quadrado a partir de um retângulo, dobra-se um triângulo em um dos lados, alinhando o lado menor com o lado maior e cortando o que sobrar do triângulo formado.

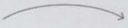
Outro aspecto importante a ser ensinado é que o origami tem sua linguagem própria de palavras e símbolos, cada um com significado específico. Abaixo, relacionamos uma lista das indicações e símbolos mais comuns.

—·—·—·—·— Linha da montanha

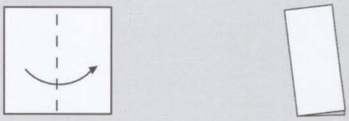


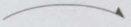
- - - - - - Linha do vale



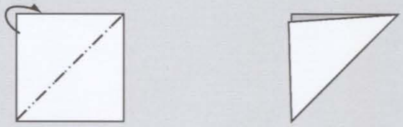


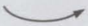
Dobrar para frente



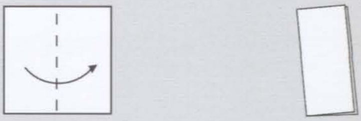


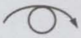
Dobrar para trás



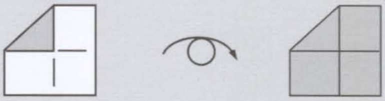


Sentido da dobra

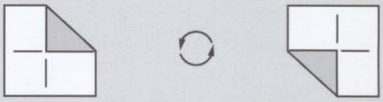


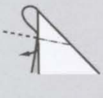


Virar a peça

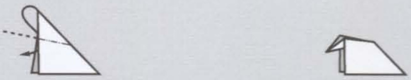


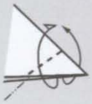
Girar a peça



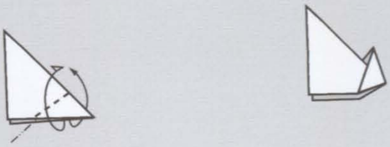


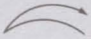
Dobrar para dentro



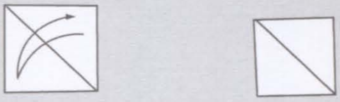


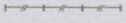
Dobrar para fora



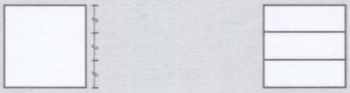


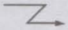
Dobrar e desdobrar



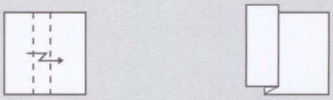


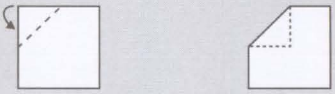
Partes com a mesma medida





Plissar





.... Parte invisível

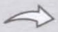
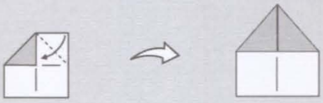
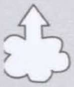
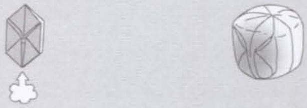


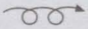
Figura ampliada



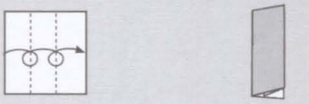


Inflar

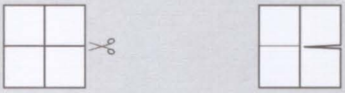


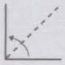


Dobrar enrolando

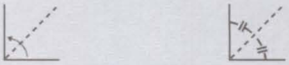


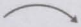
Cortar



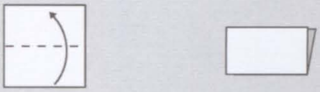


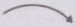
Dividir ângulos



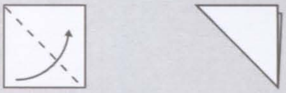


Dobrar alinhando lado com lado



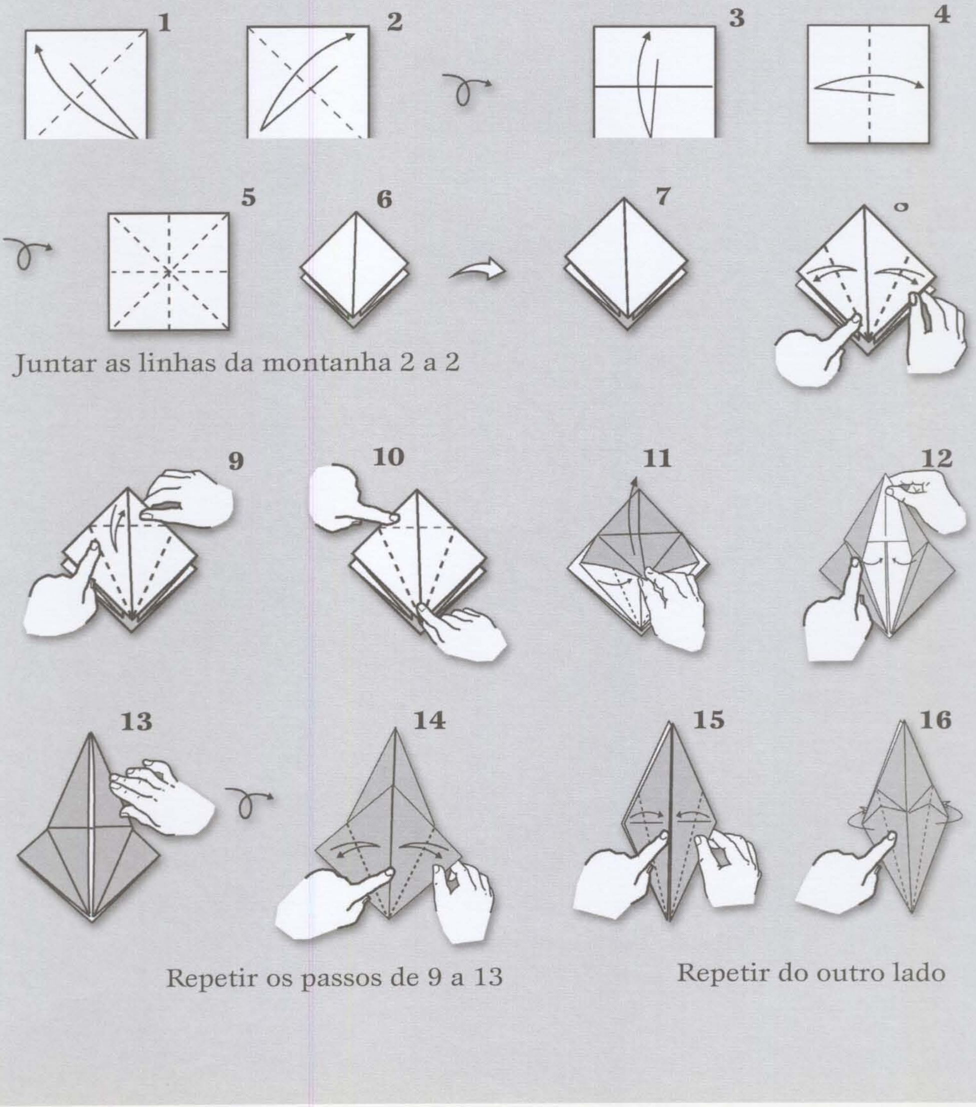


Dobrar alinhando ponta com ponta



Agora que o instrutor já ensinou algumas formas básicas e os alunos se familiarizaram com a linguagem específica do origami, chegou a hora de tentar realizar uma das dobraduras mais famosas dessa técnica milenar: o *tsuru*. Para isso, é preciso seguir atentamente os passos indicados nas ilustrações abaixo. Quando tiver concluído a figura, deve-se repetir o procedimento, para a memorização dos movimentos (passos). Lembre-se: a repetição ajuda no desenvolvimento da destreza motora e intelectual. Se quiser, a classe pode dobrar os mil *tsuru* de que fala a tradição japonesa. Quem sabe uma graça não lhes será concedida?

Embora seja uma das figuras mais complexas, vamos apresentar a seqüência dos esquemas de dobras e manobras para fazer o *tsuru*.

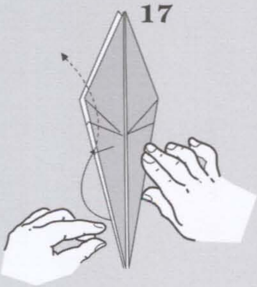


Juntar as linhas da montanha 2 a 2

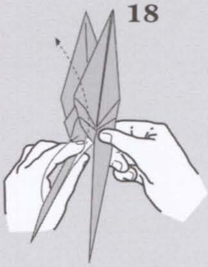
Repetir os passos de 9 a 13

Repetir do outro lado

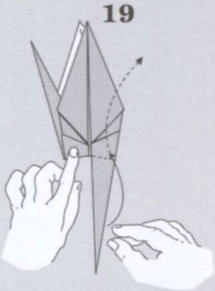
17



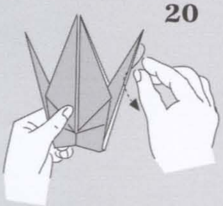
18



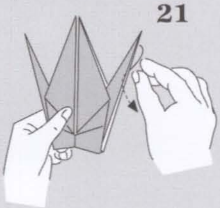
19



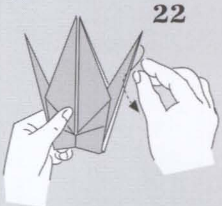
20

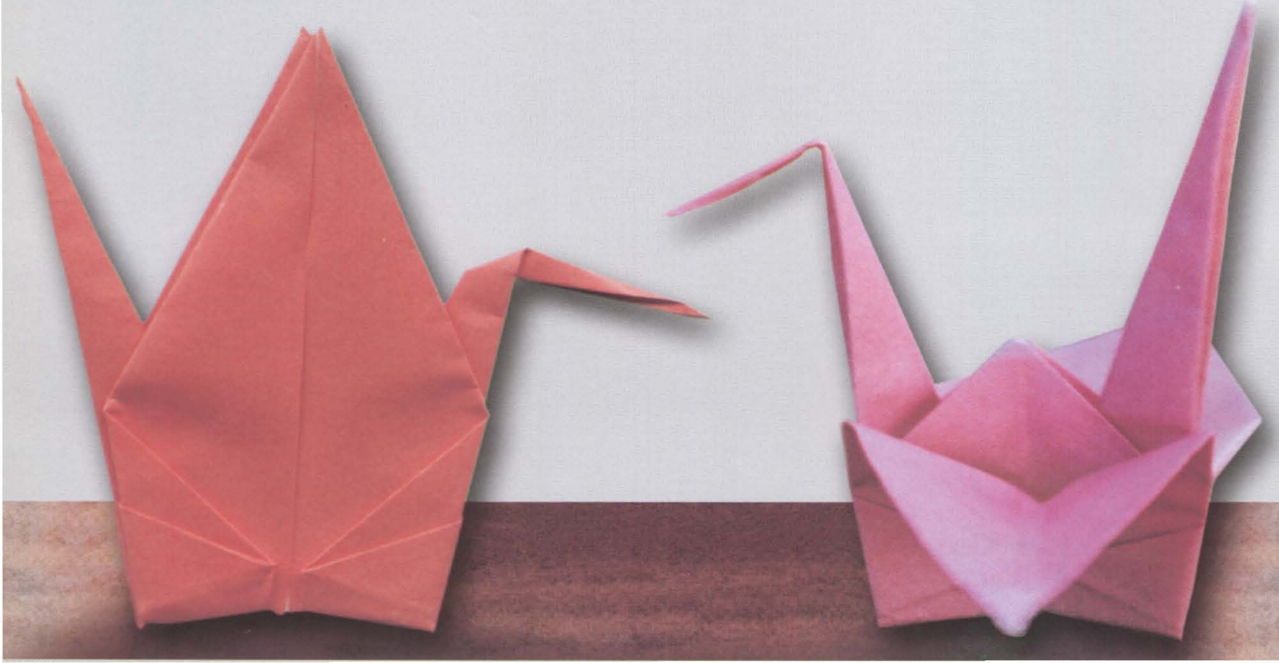


21



22





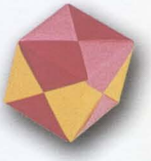
ALGUNS DADOS DE EXPERIÊNCIA E RESULTADOS

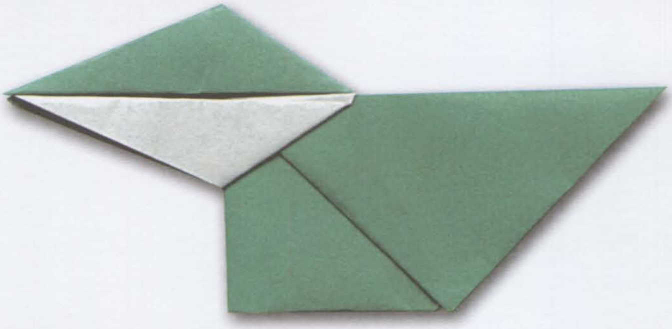
No que se refere à experiência específica do grupo de adolescentes do Dança Comunidade, foi percebido que alguns dos jovens consideravam "esse negócio de dobrar papel para formar figuras" uma tarefa "chata", uma "bobagem". Foi preciso insistir acerca do privilégio de eles estarem ali, aprendendo uma técnica que desenvolve a psicomotricidade, a capacidade intelectual e artística.

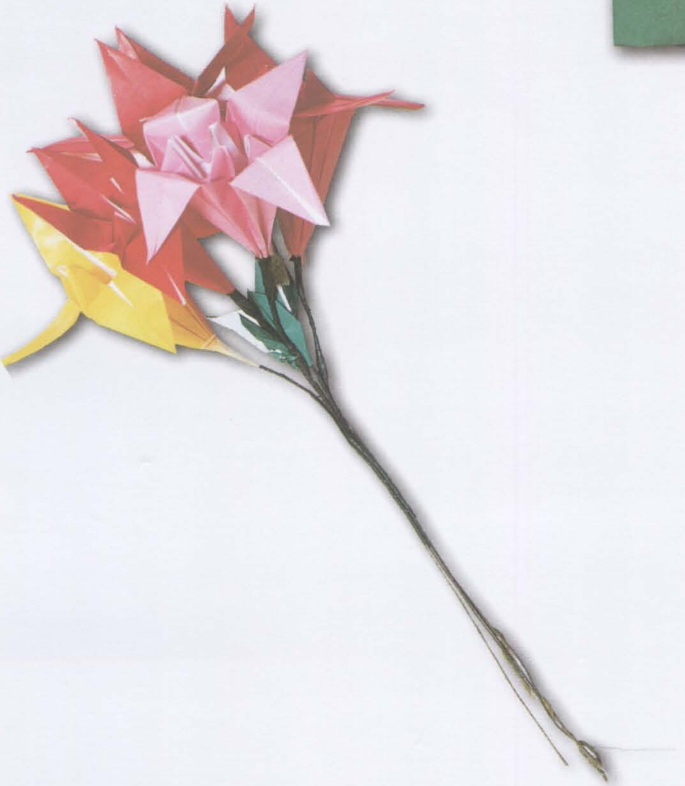
Desde o início, salientamos que no origami, como em todo aprendizado, inclusive a dança, é preciso primeiro olhar e ouvir com muita atenção, para depois ser capaz de repetir exatamente as seqüências e na direção certa. Aliás, essa experiência é aplicável a quase tudo que fazemos na vida. Acalmar-se, focar a atenção, observar, permitir que a informação seja processada no cérebro: só assim a pessoa é capaz de repetir com êxito uma ação proposta.

As primeiras figuras dobradas eram bastante simples, feitas com uma única folha de papel. Aos poucos, passou-se a empregar duas ou mais. Para dar a idéia de trabalho em grupo, em conjunto, foram feitas peças formadas por módulos que eram encaixadas umas nas outras. Cada módulo precisava ser perfeitamente dobrado, pois o êxito de sua feitura influenciaria o resultado final. Trata-se de um processo semelhante ao da dança (ou da música) em grupo, em que o movimento errado de uma pessoa desarmoniza o conjunto. Ao trabalharmos individualmente cada um dos alunos, podemos alcançar resultados expressivos nas atividades em grupo. Como bem diz o ditado: A união faz a força!

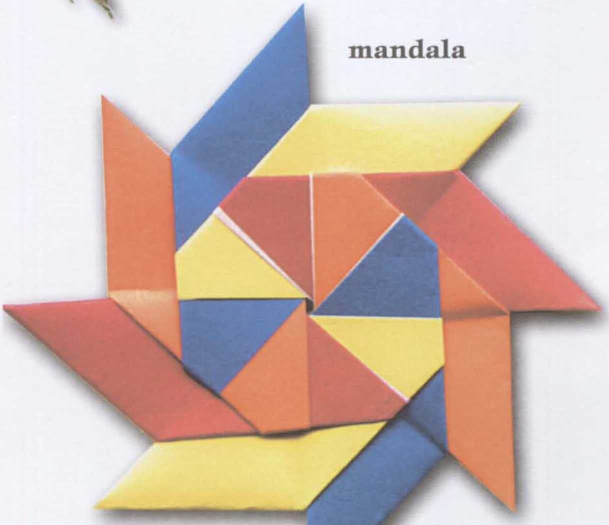
Keiko Abe, filha de imigrantes, desde criança pratica a arte do origami, com dobraduras feitas com folhas de jornal e revistas velhas. Formada em Biblioteconomia e Letras, realizou cursos de origami na Aliança Cultural Brasil–Japão, em São Paulo, e no Origami Kaikan, em Tóquio. Membro do Grupo de Estudos de Origami (GEO), participou da elaboração dos cenários da História da Imigração Japonesa no Brasil; da História do Brasil, na comemoração dos 500 anos do Descobrimento; da Saudação à Chegada do Ano 2000, com 2000 *tsuru*, expostos na estação Vila Madalena do Metrô. Realiza trabalhos voluntários com origami no setor de Pediatria do Hospital Alberto Einstein. Desde maio de 1994, ministra cursos sobre *wrapping*, a arte de embrulhar presentes, na Aliança Cultural Brasil–Japão, em São Paulo.



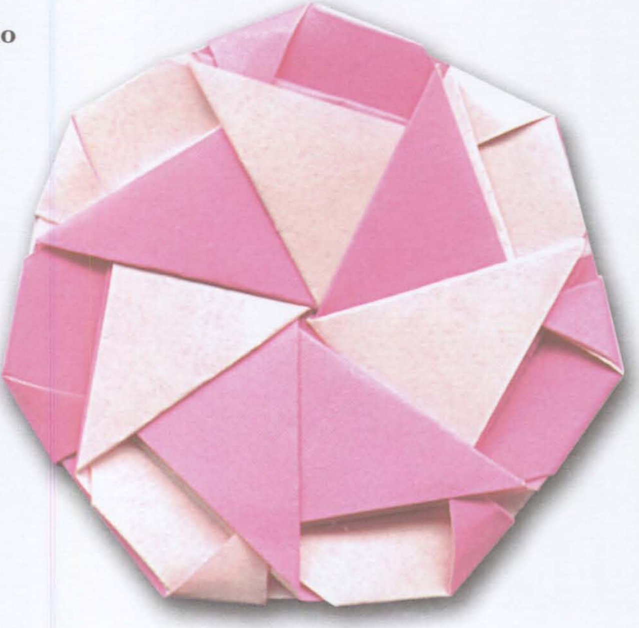

pássaro que fala



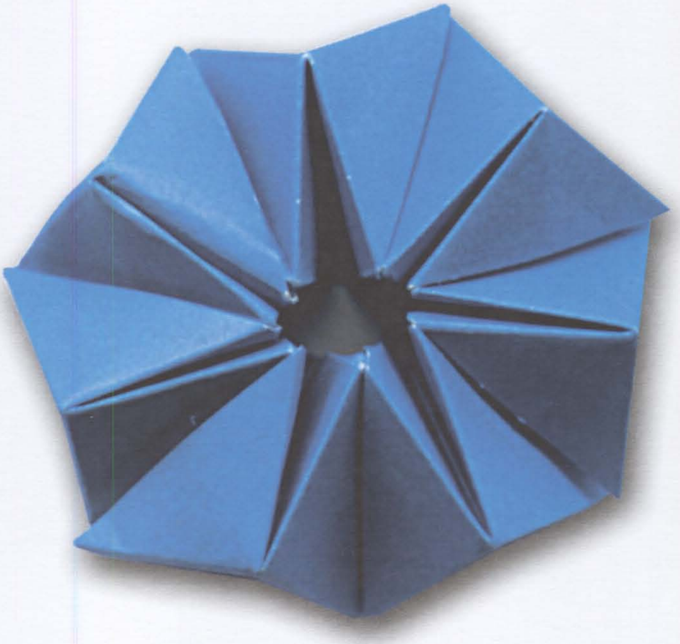
mandala

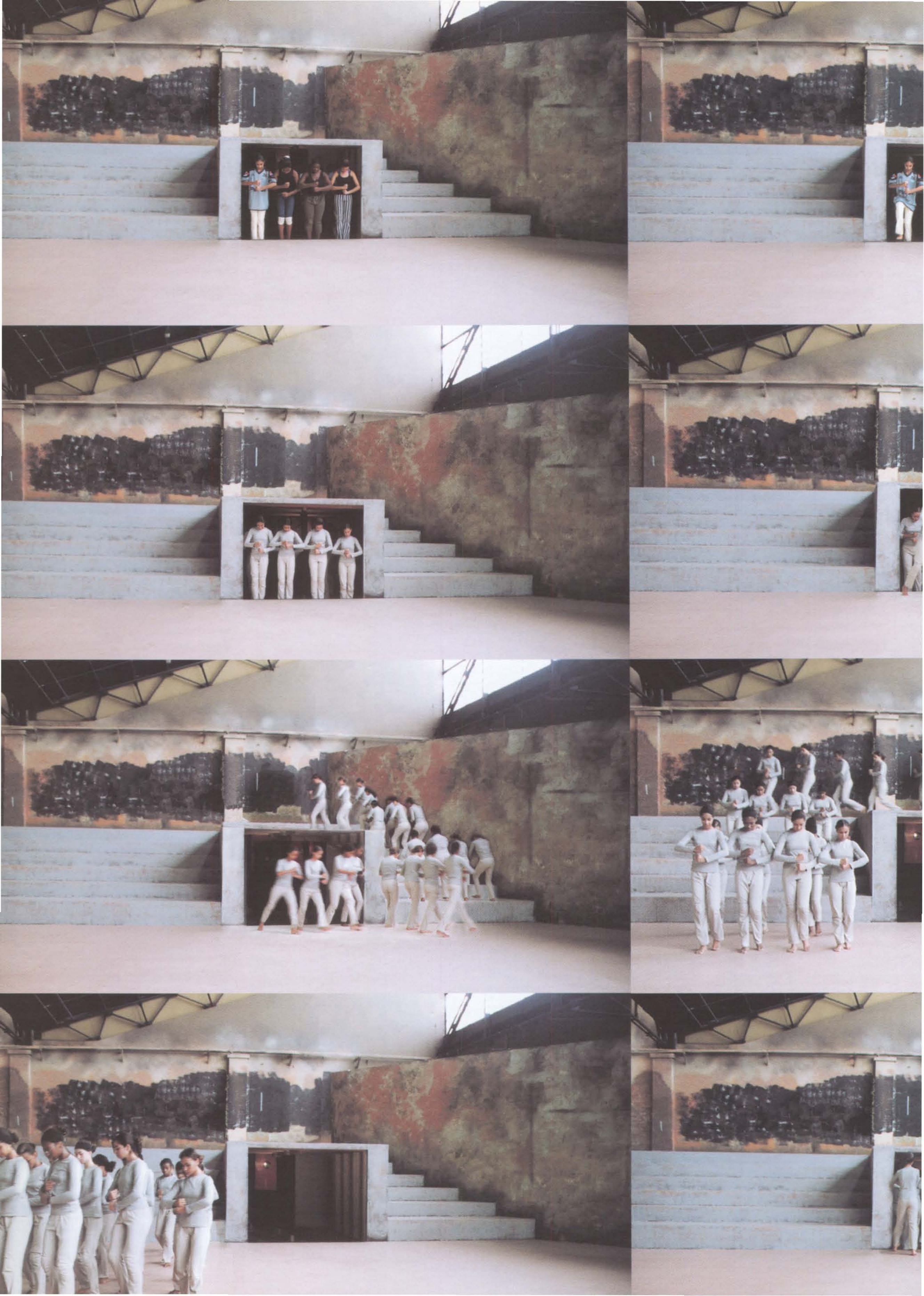


módulo - pião



módulo - caleidoscópio





O OUTRO LADO DO PALCO

O Que Vem Depois

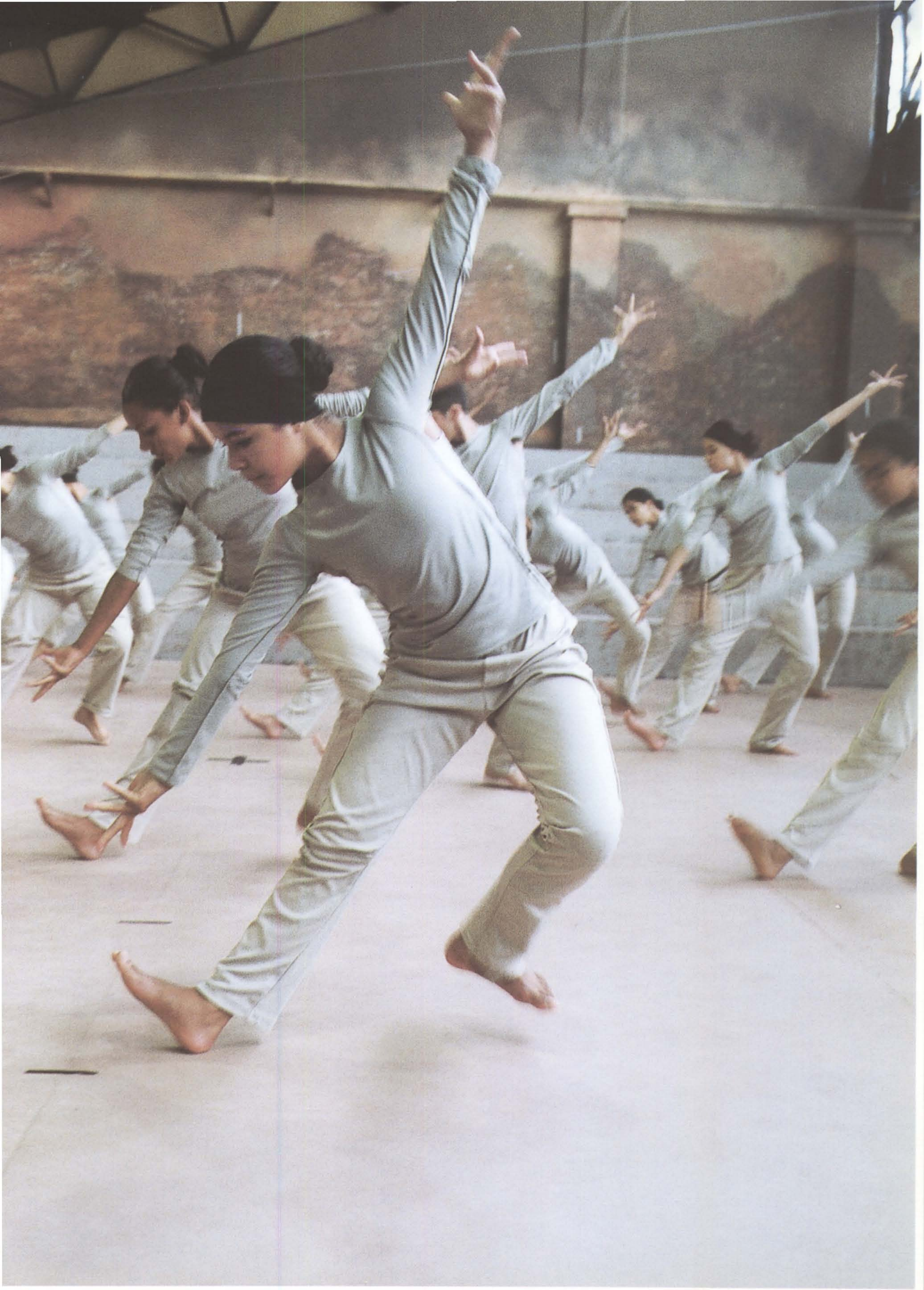
Inês Bogéa

Samwaad – Rua do Encontro: via, caminho de comunicação. O próprio cenário já cria um espaço simultaneamente real e imaginário, que torna visível certos sentidos do espetáculo. Ivaldo Bertazzo examina os gestos em corpos da cidade; flagra instantes, pontua, faz comentários. De um lado, a dissolução da individualidade nos corpos que passam nas ruas; de outro, a possível restauração dessa individualidade perdida. Linhas dinâmicas, diagonais e vórtices, projetados no furacão urbano, com a esperança de que a dança catalise tudo, para renovar nossa percepção.

Cada parte desse grande corpo – cenário, figurino, luz, música, dança, canto – será relevante para o conjunto. Tudo o que surge nos ensaios, tudo o que informa a relação com o espaço ao redor, todos os elementos variados do espetáculo são analisados de perto e repensados. Cada elemento que se agrega deve trazer uma nova forma de relação do corpo com o espaço. As fusões de linguagem propiciam quebras de hábito, acendem olho, ouvido e coração. Mas é preciso dar tempo aos tempos da dança. O espetáculo será o momento de síntese.

A dança aqui nos oferece algo concreto para ver, sentir e captar. A construção de um espaço – uma rua – convida o espectador também a ser parte do espetáculo. E o palco, então, vira uma lente de aumento, pela qual se pode enxergar muito da vida brasileira (tão difícil, tantas vezes, de ver). O palco assume plenamente sua natureza arquitetônica, com toda repercussão que isso implica – civil, democrática, urbana.

Um projeto como o Dança Comunidade constitui também um investimento de mobilização estética; isto é, de entendimento e organização do mundo. Compreende-se assim que o espetáculo porta em si ensinamentos que ultrapassam as questões artísticas. São desafios de reestruturação. Para os participantes, cria-se um espaço onde se está exposto a diversos olhares. Ali se testa também o que foi elaborado durante o longo processo, que de sua parte só faz sentido como continuação da aprendizagem. Conquistar o espaço do corpo significa capacitar a expressão humana, para que responda de modo livre e pessoal às contingências da vida em comum. É uma responsabilidade e tanto: para quem ensina, para quem dança e também para quem vê.



Dentro do Palco

Ivaldo Bertazzo

Após o processo de aprendizagem descrito nos capítulos anteriores, no qual o aluno descobre como entender o funcionamento do corpo na dinâmica do movimento correto, como organizar-se muscularmente dentro de um espaço, como compreender as diversas modulações rítmicas com o auxílio de instrumentos musicais, como expressar-se verbalmente de forma adequada nas mais diferentes situações sociais; após todo esse caminho, enfim, é possível falar agora da montagem de um espetáculo artístico em que essas noções serão empregadas. Na verdade, falar de "após" talvez não seja correto, já que o espetáculo não pode ser imaginado como um evento que ocorre à parte do resto, mas como uma etapa, não só decorrente desse aprendizado, mas pertencente a ele.

Trata-se, porém, de uma etapa crucial do projeto. É nela que o aluno se vê obrigado a dosar o componente emocional, encontrar o equilíbrio necessário, para transmitir uma mensagem especial a um público. O espetáculo, como culminação de um trabalho de aprendizado motor, ajuda o aluno a controlar o psiquismo, a elaborar um discurso (oral, gestual ou sonoro), a compreender o que é necessário para uma atividade na qual se investe grande esforço. É preciso aprofundar nossas noções. Num mundo globalizado, a informação é muita e variada. O jovem (como todos nós) mal consegue arranhar a superfície da maioria dos assuntos. No processo de construção do espetáculo, o aluno deve, ao contrário, mergulhar fundo em cada uma das fases do conhecimento que lhe são transmitidas, das linguagens que lhe são ensinadas, aprendendo – e isso é muito importante – a entender a si próprio e sua relação com o outro. O palco proporciona tudo isso.

E o palco imaginado para o espetáculo *Samwaad – Rua do Encontro* foge da estrutura tradicional do palco italiano, aquele tablado retangular com suas três paredes dispostas à frente de uma platéia e com cortinas que se abrem e fecham. Como o subtítulo indica, o palco é uma rua, um espaço imenso, de mais de trinta metros de comprimento, no qual os jovens precisam demonstrar o que aprenderam no decorrer dos meses anteriores de trabalho. Quando põem os pés nesse ambiente ainda estranho, eles percebem dimensões que não existiam na sala de aula. Há uma grande escada na forma de arquibancada atrás deles, onde os alunos precisam desenvolver vários dos passos coreográficos. Há um cenário sendo construído. Há a luz do espetáculo, que num primeiro momento desestabiliza, para, em seguida, ajudá-los a se reorganizar no espaço. Há a música ao vivo, em contraponto com a trilha gravada. Há objetos de cena que precisam ser manuseados. Há, enfim, uma série de elementos com os quais eles precisam familiarizar-se nessa etapa do trabalho. É necessário aprender a conviver com essas modificações.

Nunca é demais reiterar que esse novo desafio só será vencido se tiver havido bem antes (e continuar existindo o tempo todo) um trabalho corporal de base. É o conhecimento da linha mediana, da mandala das direções e das torções (*veja* "Espaço Vazio e Mandala"), dos movimentos dos membros inferiores e superiores ("Desenhar o Gesto"), que, introjetado na percepção física de cada um dos alunos, permite-lhe atuar nesse novo e excitante espaço que se abre a seu redor.

O ENSAIO

Nessa transição do que o aluno aprendeu na sala de aula para o espaço do palco, é essencial a atuação do ensaiador. No caso, a tarefa ficou a cargo de Marília Araújo, que não só há 26 anos está envolvida com o trabalho de Reeducação do Movimento, mas também acompanhou a trajetória dos jovens desde o início do projeto Dança Comunidade.

Desde as aulas até a dinâmica da criação da coreografia, inventam-se pequenas seqüências que se unem umas às outras, modificam-se, alternam-se. Os movimentos aprendidos, quando levados ao palco, adquirem outra feição. Na sala, o aluno tem as paredes com as quais está acostumado, tem os limites com os quais aprendeu a interagir. No novo espaço, ele é obrigado a redimensionar suas noções, a recalcular os passos, o ritmo, os gestos. Para Marília, o auxílio prestado aos alunos nessa passagem da sala de aula para o palco – *grosso modo*, do espaço privado para o público – é sua principal função.

Claro que essa transição traz inúmeras dificuldades. Trata-se de todo um novo conjunto de problemas que precisam ser equacionados; e o ensaiador é quem mais ajuda o jovem nessa fase. É ele que, na observação do aluno, ajuda-o a perder o medo, a superar bloqueios, a corrigir erros e a aprender novas estratégias cênicas. Para isso, a repetição é fundamental. A coreografia deve ser executada várias vezes, muito lentamente, se necessário, no início. Com freqüência, é preciso dividir a seqüência em pequenos blocos para que o aluno possa entender como ela se concatena. Só por meio dessa repetição constante é que os praticantes adquirem segurança.

As frustrações nos ensaios, decerto, freqüentemente ocorrem. Por isso, o ensaiador deve estar atento, pronto para trabalhar com o máximo de tato o ego dos jovens. O aluno que erra o passo costuma olhar o colega, para tentar corrigir-se. É uma reação natural. Mas o ensaiador deve ensiná-lo a olhar também para dentro de si, para dentro de suas estruturas corporais, com a serenidade adquirida nas etapas anteriores do trabalho. O aluno não deve basear-se no outro, mas saber de imediato, corporalmente, o que precisa fazer.

Por outro lado, uma coisa é executar o gesto sozinho e outra é executar um gesto que o conecta ao companheiro. A seqüência de movimentos em grupo reforça a idéia de colaboração. Numa coreografia altamente integrada como a da *Cobra* (uma das primeiras do espetáculo), os jovens são obrigados a assimilar o momento certo de dar o braço, de andar, de se mover em sincronia com o grupo. Aos poucos, percebem que um depende da precisão do outro, da velocidade correta do outro; que, se um puser o pé ligeiramente fora do local adequado, o outro pode desequilibrar-se, e assim por diante. Nas grandes coreografias, que contam com 40 pessoas ou mais, é melhor que o grupo seja separado em turmas menores, tática que facilita o processo de aprendizagem.

Outra dica: ao lado da contagem numérica (1, 2, 3...), sugerimos que se acrescente a marcação dos movimentos por meio de sons que imprimem o ritmo adequado (digamos: pá-rá-tá-cá-tei-tá-gá-dum-tá-tá). Esse expediente constitui uma forma mais orgânica e natural de o aluno apreender a seqüência de gestos, e é igualmente preparatória para a relação que depois se estabelece com os compassos da melodia.

COREOGRAFIA E MÚSICA: INFLUÊNCIAS DA ÍNDIA

> *Há muitos estudos na Índia que procuram reintegrar a dança ao momento inicial do desenvolvimento, quando tudo estava conectado. Com a evolução, os movimentos progrediram tanto que perderam contato com o gesto primordial. Há um grande esforço atualmente de volta às raízes.*
>
> Madhavi Mudgal

O subtítulo *Rua do Encontro* implica reunião; e uma das reuniões mais importantes do espetáculo ocorre entre a herança ocidental da cultura brasileira e a influência dos ritmos e da filosofia oriental. A música foi desenvolvida pelo compositor indiano Madhup Mudgal, e contou, na gravação, com o acompanhamento de dezenas de ritmistas de escola de samba e a intervenção do compositor e pianista Benjamin Taubkin e do contrabaixista João Taubkin. Madhup partiu da matriz brasileira – bastante específica em alguns casos, como a canção de Jacob do Bandolim, *Santa Morena* – como alicerce para uma transfiguração artística. Mas essa transformação não foi radical, a ponto de descaracterizar a base. A preocupação de Madhup o tempo todo esteve em imprimir a marca indiana, sem perder a identidade original. Ou seja, a música é indiana sem deixar de ser brasileira.

Cuidado semelhante teve a bailarina e coreógrafa (com formação em arquitetura) Madhavi Mudgal, na elaboração das partes da coreografia de corte indiano. Madhavi foi convidada a participar do projeto, compondo a seqüência de dança para a sobrinha adolescente, Sawani, que interage com vários dos jovens do projeto. Para ela, também, sempre esteve presente a questão de como atingir um equilíbrio entre a dança indiana e o *ethos* nacional.

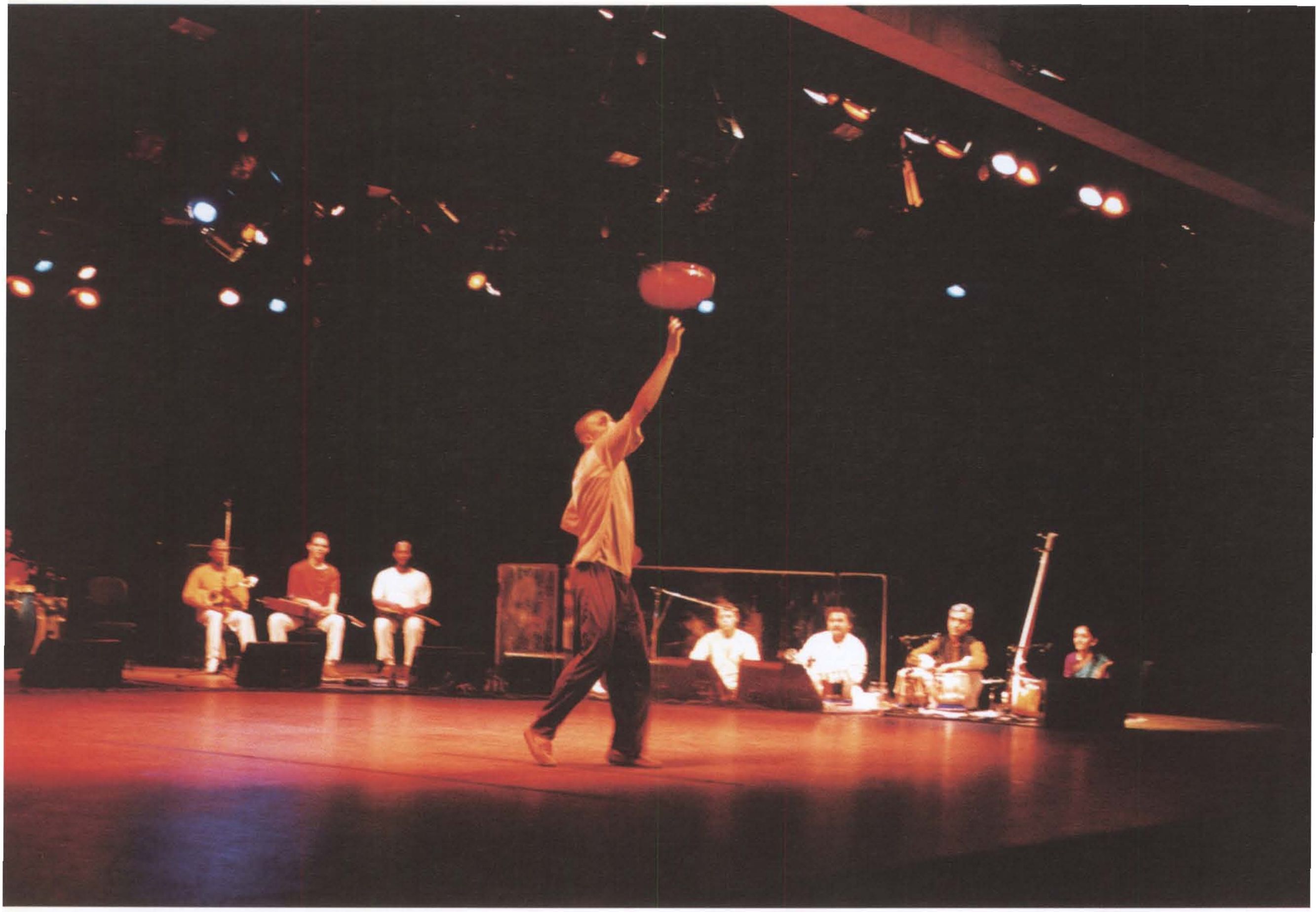
Madhavi formou-se no estilo clássico *odissi*, embora a composição que criou para a filha esteja baseada no estilo *bharata natyan* (*veja* "O Alcance do Movimento"). Em linhas gerais, o primeiro traz gestos mais curvilíneos, enquanto o segundo se funde em linhas mais retas e marcadas. A base da dança indiana, segundo Madhavi, reside na concepção de *tala*. A estrutura de *tala*, que se relaciona com a filosofia indiana de vida cíclica e com a idéia espacial da mandala, decompõe o ritmo em ciclos de duração (de seis ou oito batidas, por exemplo), ao qual os movimentos devem se moldar.

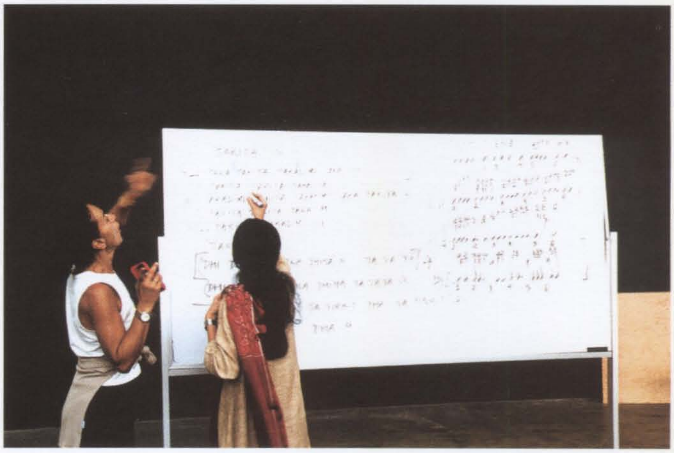
Enquanto nós, ocidentais, tratamos o ritmo de forma linear, os indianos o concebem de forma cíclica. Voltemos ao caso de *Santa Morena*. A música já implica um padrão rítmico, que acaba sugerindo o gesto que o acompanha. Madhavi, ao coreografá-la, imprime um padrão cíclico de seis batidas, no qual estrutura os movimentos. Embora o ciclo permaneça sempre o mesmo, podem-se inserir ligeiras alterações de ritmo (e movimento) em cada um, de modo que o resultado final fique ligeiramente alterado.

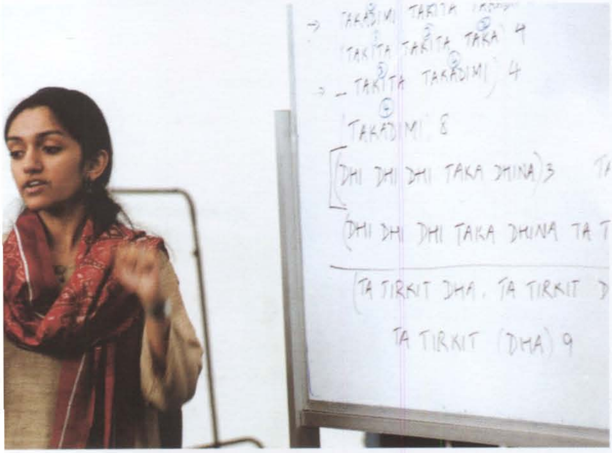
Funcionando dentro da "frase musical" de *tala*, encontra-se o conceito de *bols*. O ritmo é criado a partir do som produzido pelas batidas; de um tambor, por exemplo. Cada som do tambor corresponde a uma sílaba. A técnica implica uma complexidade muito maior do que o uso dos correspondentes numéricos, pois cada som representa uma duração (e uma vibração) no tempo, o que implica diferentes movimentos realizados pelo corpo no espaço. Quer dizer: a base métrica da música indiana é bem menos homogênea do que convencionalmente na música ocidental. Cada "lugar" de um compasso tem um valor distinto dos outros, de modo muito expressivo.

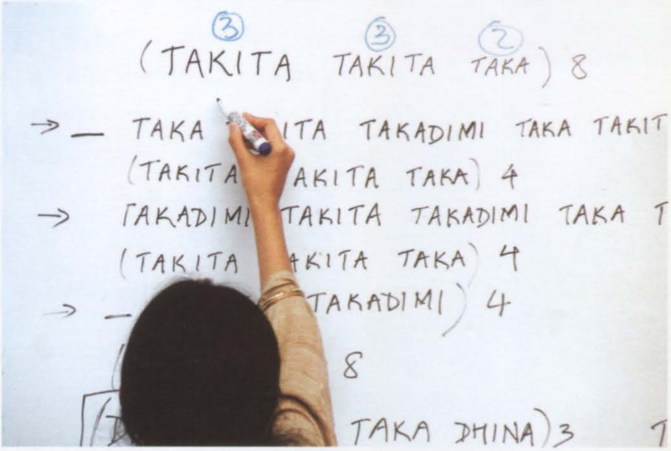
Para Madhavi, o mais importante é ensinar o corpo, ou melhor, ensinar o aluno a sentir o corpo. Na Índia, os pais costumam matricular os filhos em escolas de dança quando estes têm 6 ou 7 anos de idade. E o aprendizado segue por muito tempo, às vezes por toda uma existência. Não só porque o processo é demorado, mas porque os ensinamentos acabam construindo uma atitude corporal e psíquica que o indivíduo leva para a vida; isto é, há uma conexão estreita entre o que se aprende na sala de aula e seu comportamento na sociedade.

Embora o conceito espacial seja muito importante na concepção indiana de dança (ou talvez até pelo fato de esse conceito ser importante), o ato de cobrir o espaço não é tão decisivo. Muitas vezes apenas o deslocamento mínimo do olhar, de um ponto para outro da sala, já abrange um significado amplo. Por isso, o trabalho em áreas espaciais mínimas é capital. Aos poucos, os movimentos vão se tornando mais complicados. Na Índia, a coreografia nunca se separa do aprendizado. Ela faz parte do processo de ensino.






→ TAKADIMI TAKITA
(TAKITA TAKITA TAKA) 4
→ _ TAKITA TAKADIMI) 4
TAKADIMI 8
(DHI DHI DHI TAKA DHINA)3
(DHI DHI DHI TAKA DHINA TA
(TA TIRKIT DHA, TA TIRKIT
TA TIRKIT (DHA) 9


③ ③ ②
(TAKITA TAKITA TAKA) 8
→ _ TAKA ITA TAKADIMI TAKA TAKIT
(TAKITA AKITA TAKA) 4
→ TAKADIMI TAKITA TAKADIMI TAKA
(TAKITA AKITA TAKA) 4
→ _ TAKADIMI) 4
8
TAKA DHINA)3

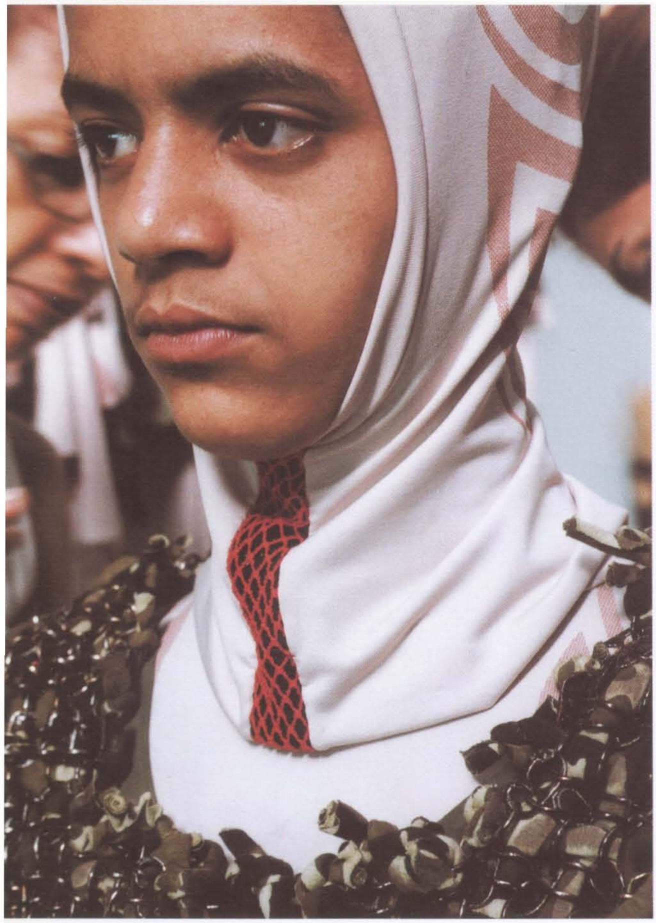
O PALCO E O FIGURINO

Aqui, como sempre, o espetáculo precisa deixar claro que não está tirando a identidade dos jovens. Por isso, pensou-se numa rua indefinida, neutra, perdida num tempo difuso. A espécie humana é muito antiga, nosso DNA já contém muita informação alheia aos aspectos nacionais e culturais, tais como os que se encontram impressos nos padrões motores do gesto, que perpassam raças e culturas. Dessa forma, assim como o aluno está construindo suas matrizes corporais, encontrando os padrões comuns ao ser humano, sem preocupar-se com o aspecto cultural (que naturalmente também o influencia), tivemos a intenção de criar um cenário que não interferisse no que ele é, na sua essência, nem nos padrões gestuais que pretende expressar.

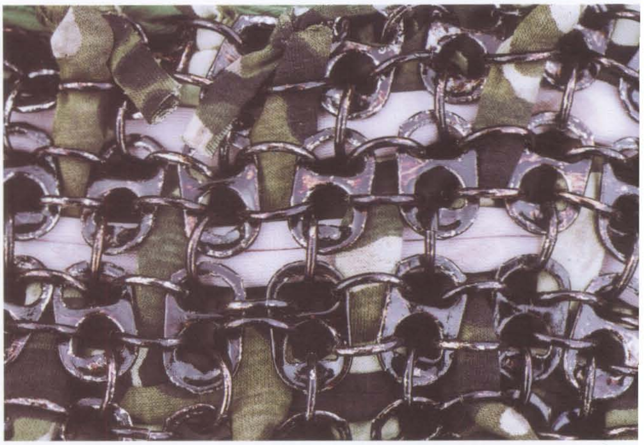
No fundo da cena, há uma arquibancada, que define planos verticais, facilitando a visualização que o público tem do movimento que se desenrola à sua frente; diferente do que ocorreria, caso a ação transcorresse apenas no plano horizontal. Para os jovens, esses planos representados pelos degraus da escada constituem um desafio extra em seu processo de aprendizado do gesto. O olhar deles, por exemplo, é obrigado a registrar graduações de altura à medida que a coreografia os obriga a subir e a descer os degraus.

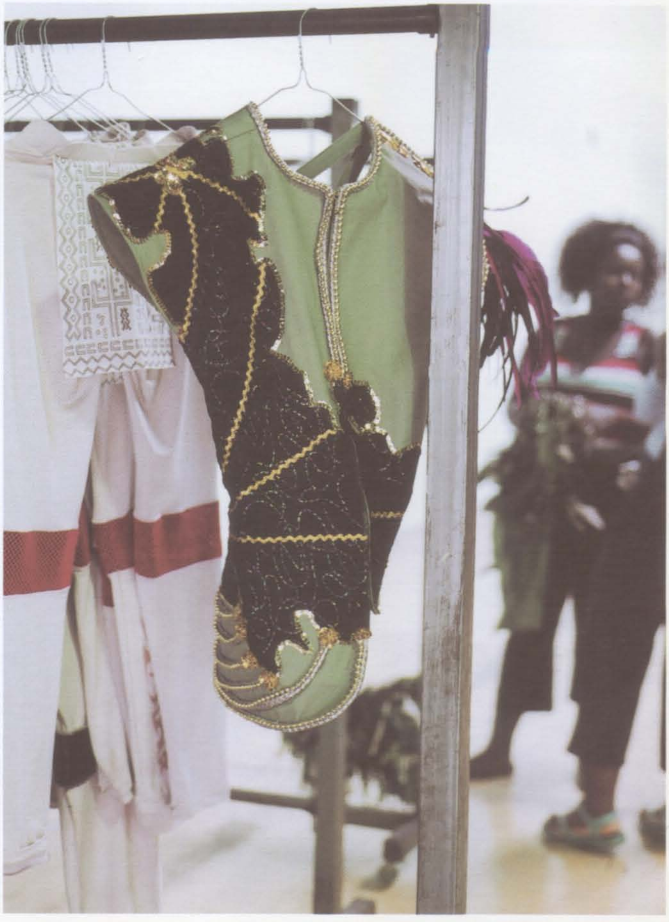
O trabalho foi desenvolvido pelo carnavalesco, cenógrafo e figurinista Chico Spinosa, que, em vez de exercitar a exuberância e o colorido comuns às produções da festa do momo, esteve às voltas com a exigência de criar um cenário que denotasse a idéia de que "o mínimo já é o máximo". A idéia era construir uma cena que parecesse "corroída pelo tempo e perdida no espaço", como se o público observasse um local perdido há milênios (e que atravessasse esses milênios), revelado agora na imensidão do palco (33 metros de comprimento por 15 de profundidade, para sermos exatos).

A neutralidade do cenário combina com os figurinos, feitos de tecidos finos em tons suaves e discretos, que não chamam a atenção, sem capuzes e túnicas ou adereços que inibissem o movimento. O dançarino deve sentir-se o mais livre possível nos passos que realiza no palco. Daí os tecidos leves e a ausência de *tops* ou bermudas, que cortam a linha do movimento. Imprimiu-se *silk* nas roupas, mimetizando tatuagens, como as das tribos urbanas atuais. De certa forma, como essas vestimentas "colam" no corpo dos bailarinos, elas lembram também a pele de uma cobra, descrita na coreografia mencionada.



OS





SOMAR SEM SUBTRAIR

Há vários outros elementos importantes que interferem nas referências espaciais e temporais que o aluno está habituado. A luz cênica, por exemplo, uns dos últimos itens a serem adicionados no percurso da montagem do espetáculo, é decisiva. Luz também significa sombra, e implica a marcação e o fato de o corpo encontrar as posições adequadas no espaço. Cada aluno tem de entender em que ângulo está, como a luz surge, às vezes, na forma de contraluz e lhe destaca um pedaço do corpo, um gesto.

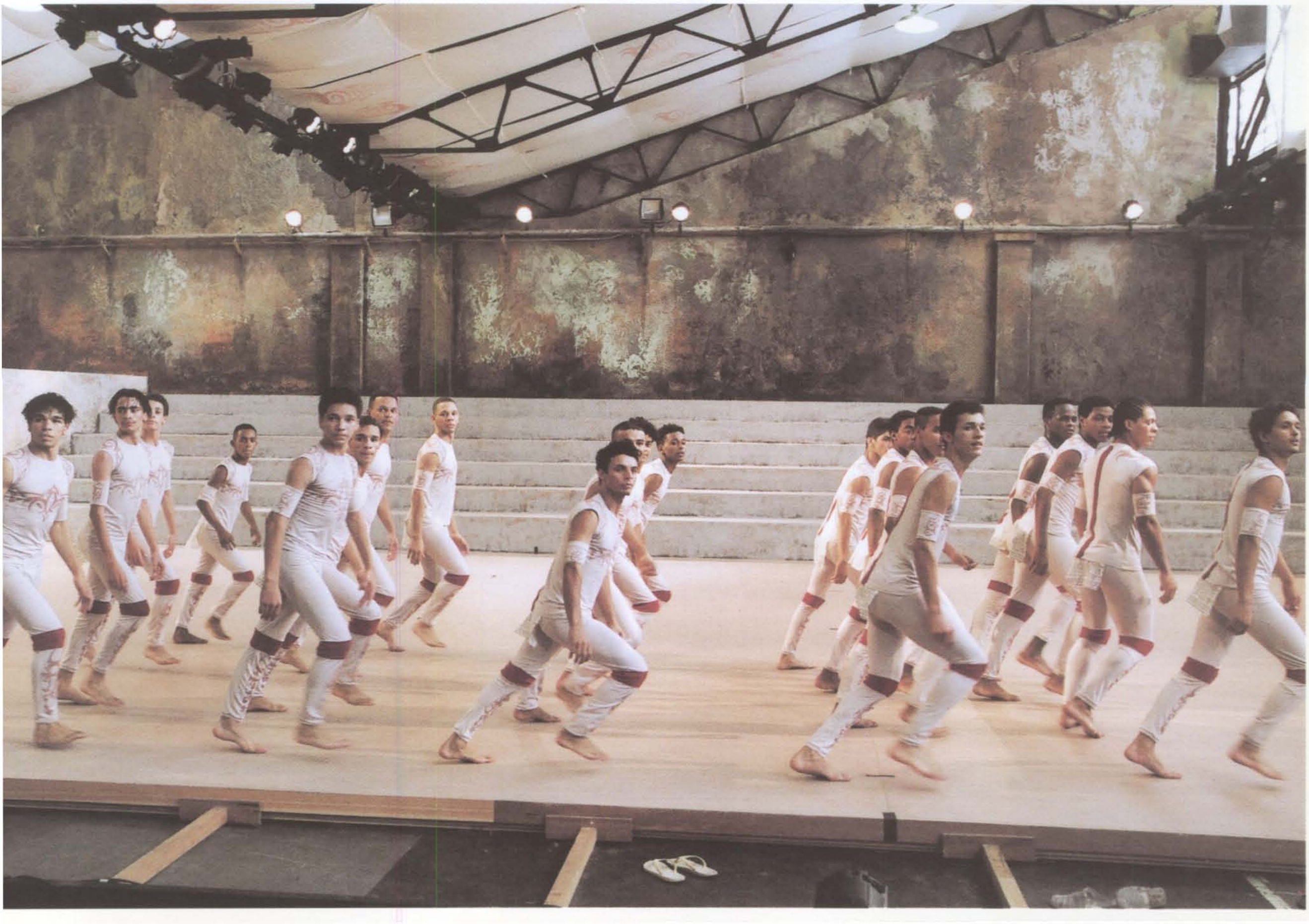
Esses refinamentos são aprendidos aos poucos, mas, no começo, é comum o aluno se desestabilizar diante da presença da luz. Um holofote pode ofuscar, além de esquentar o corpo, desorientando os passos do praticante. Por isso, o iluminador Davi de Brito gosta de jogar um facho de luz, ainda sem função cênica definida no espetáculo, sobre os alunos, para que paulatinamente se acostumem com esse novo elemento. No final, eles acabam descobrindo que a luz é um auxiliar importante, que ajuda a compor um clima, a ajustar situações, a dar volume aos corpos que se deslocam no espaço, a fornecer uma marcação.

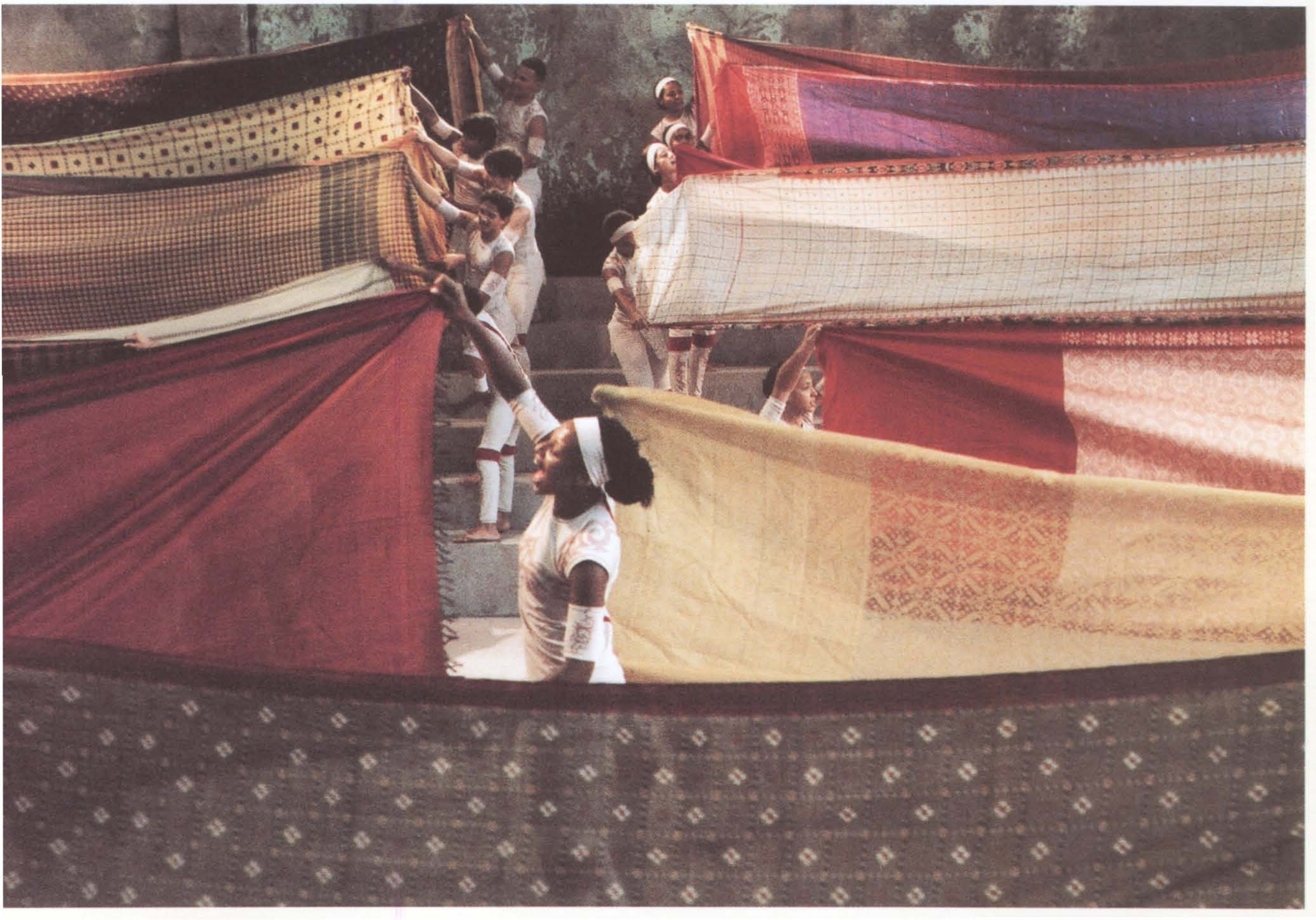
A música ao vivo representa, nesta montagem, outro valioso fator cênico. Só que, desta vez, ao contrário da luz, que num primeiro momento desnorteia o não-profissional, ela auxilia o aluno. Além de tornar mais presente a música gravada, ela ajuda o dançarino a estruturar o ritmo dentro dos ciclos da música indiana, que são muito fortes, acentuando as dinâmicas adequadas para os passos coreográficos. Há várias intervenções dos músicos tocando instrumentos de percussão (cuíca, pandeiro etc.), ao vivo. São, ao todo, sete percussionistas, que interagem em alguns momentos com os dançarinos – o que só reforça o caráter de trabalho de equipe desse espetáculo.

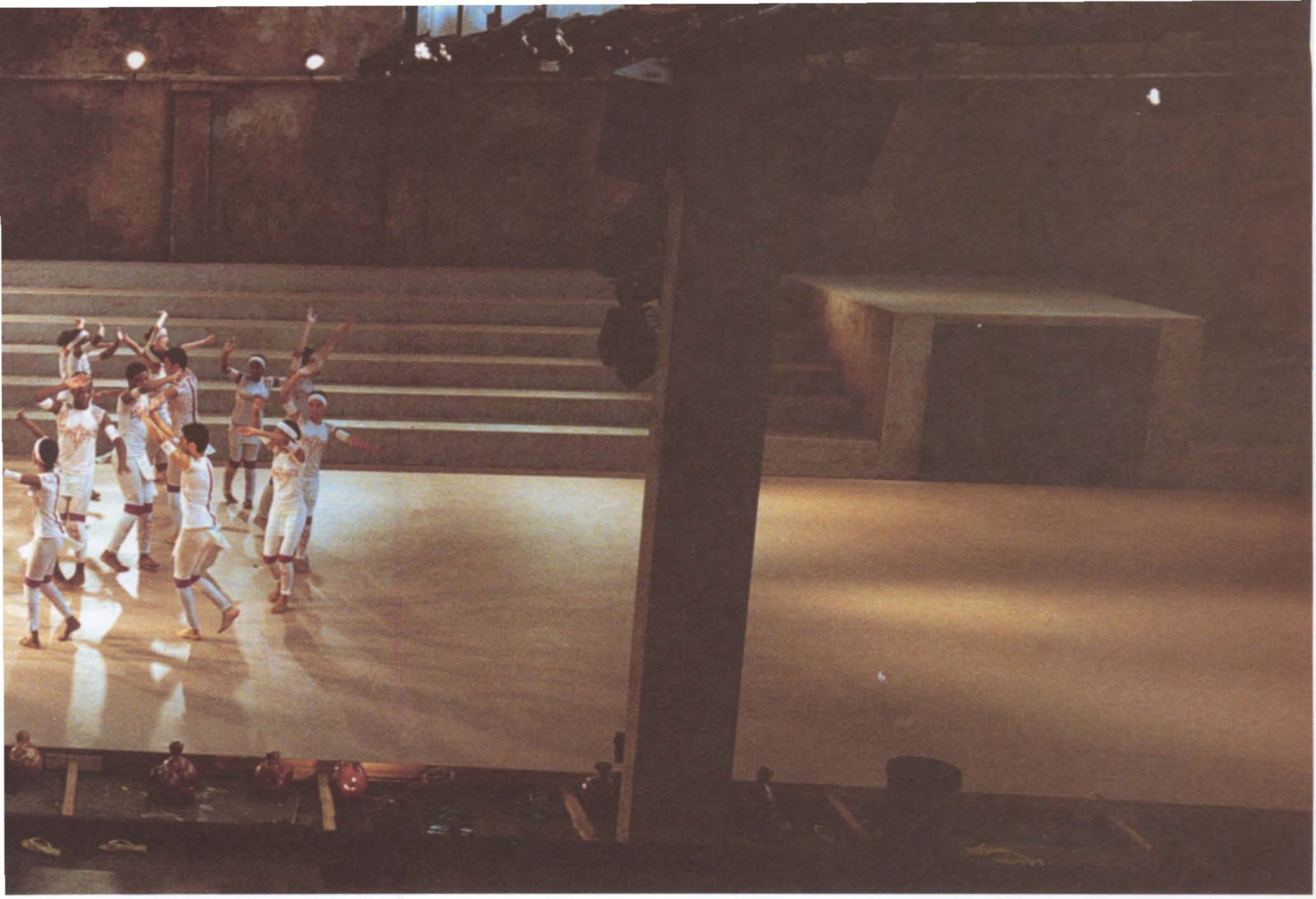
Fundamental, também, é o que ocorre nas coxias. É no espaço dos bastidores que os alunos trocam de roupa, esperam sua deixa, apropriam-se dos objetos cênicos. É nesses corredores que são obrigados a organizar o gesto, a controlar a respiração, a dosar a emoção. A atitude do dançarino nas coxias, sua concentração, determinará inevitavelmente o sucesso de seu desempenho.

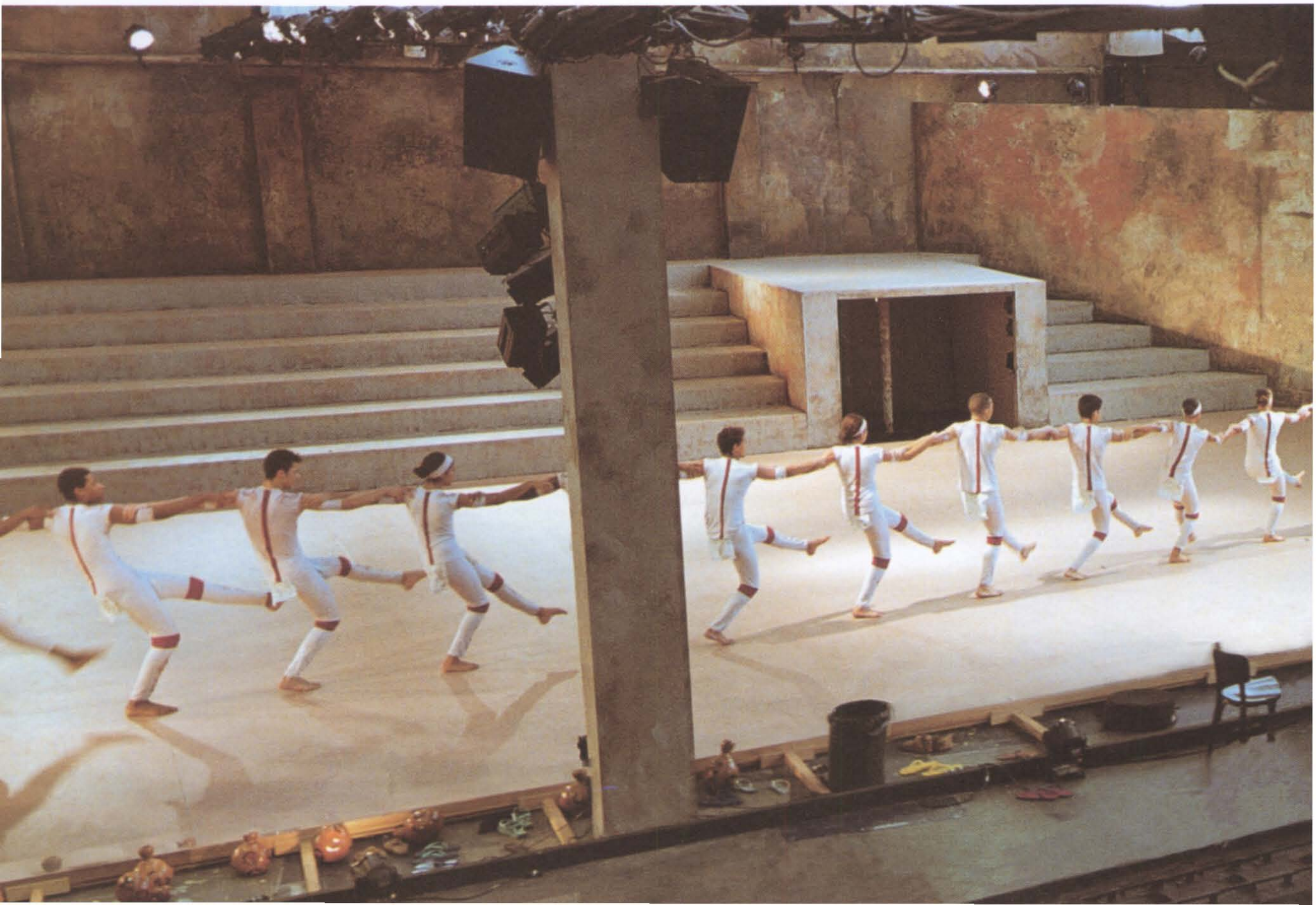
O palco representa a junção dessas linguagens artísticas, numa grande organização que os alunos vão procurando conquistar. Seja a música, seja a luz, seja o figurino – eles precisam reencontrar o equilíbrio em meio a tudo isso. Trata-se do equilíbrio que se adquiriu bem antes, na sala de aula, com os mestres e os colegas. Só quando o aluno tem a segurança de suas bases motoras, rítmicas e orais, é que se torna possível acrescentar os novos componentes artísticos, pois eles agora não subtraem o fator fundamental, que justifica tanto o aprendizado quanto o espetáculo: a impressão que o jovem aprende a ter de si mesmo e do mundo que o cerca.

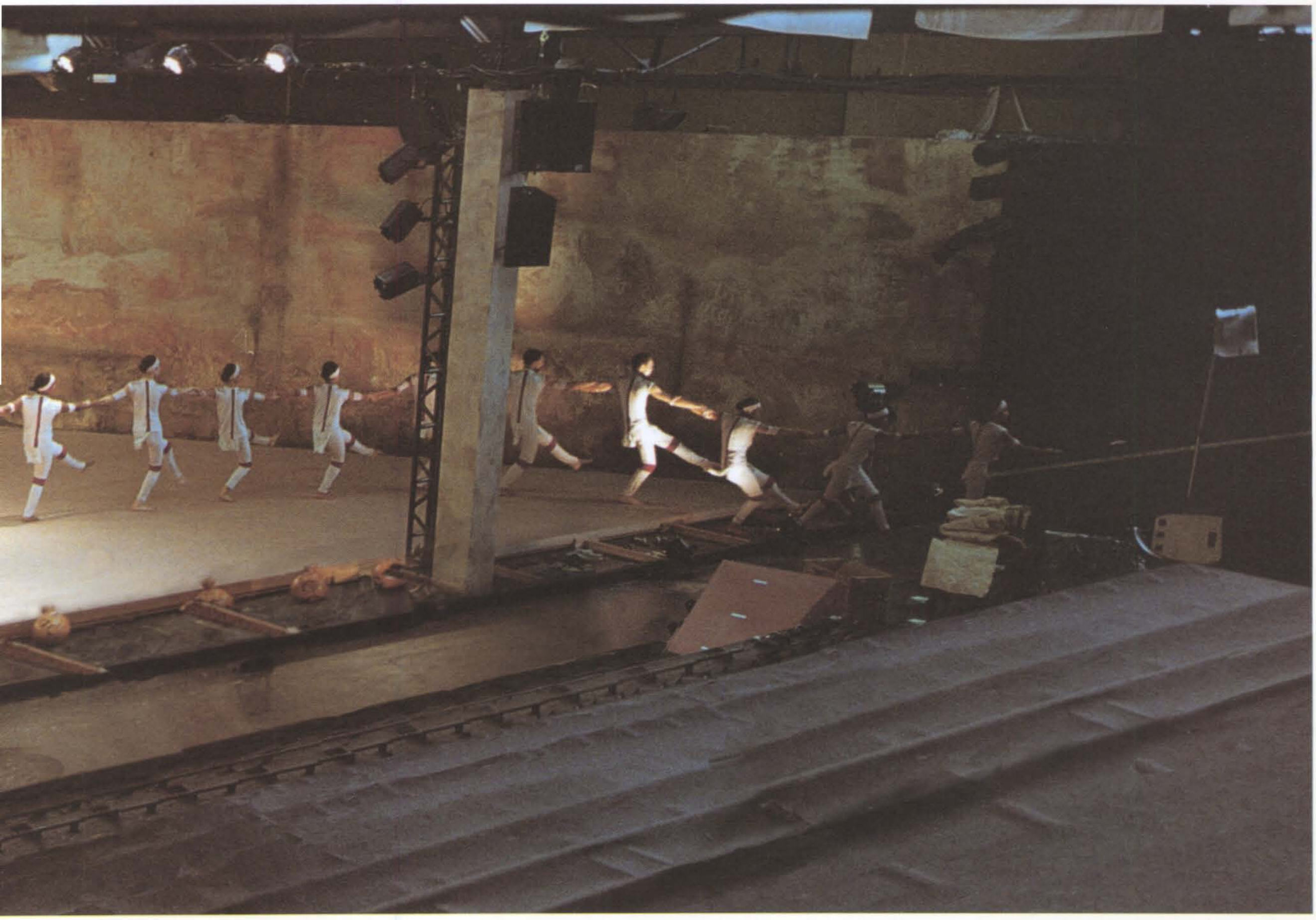
STAGE











Todas as fotos foram feitas durante os ensaios do espetáculo *Samwaad - Rua do Encontro,* no SESC Belenzinho, com os participantes do projeto Dança Comunidade, de outubro de 2003 a março de 2004.

Corpo de dança:

Amanda Cristhiewen Pursino
Ana Paula Mastrodi *Arte-Educadora Gol de Letra*
Anderson Dias da Silva *Arte-Educador Sarambeque*
Angélica Cristhien Pursino
Ariane dos Santos Silva
Camila Brandão Azanha
Carlos Roberto Gonçalves Macedo
César Dias Cirqueira
Cíntia Ribeiro Abrantes
Cristiane de Sousa Santos *Arte-Educadora Nossa Sra. Aparecida*
Danielle Kátia Rocha Gico
Deivison Bruno de Jesus Oliveira
Dheize Paloma da Silva
Douglas Clemente de Souza *Arte-Educador Samaritano*
Edeilson Francisco de Lima
Fabiano Júlio Nascimento Baptista
Fabíola Luzia da Silva
Fernanda Pereira de Sousa
Gabriela Luna da Silva
Gilmário Alves Silva *Arte-Educador Nossa Sra. Aparecida*
Gilson Celestino Marciano
Gilson Domingos dos Santos
Gislany Alves Camporeis
Gislene de Sousa Santos
Jeniffer Cristini Paula dos Santos
José Edson de Lima *Arte-Educador Samaritano*
José Mario de Jesus Cândido
Josenilton Campos da Silva
Joycy Kelly Gomes Pereira
Karla Fernanda Bacellar da Silva
Kátia Azenha de Paiva
Luana dos Santos Silva

Lucas Alvino da Silva
Luciana de Carvalho *Arte-Educadora Gol de Letra*
Maicon Henrique de Oliveira
Marcela Ondina Costa Santos *Arte-Educadora Tiradentes*
Marcio Greyk Lima Ferreira *Arte-Educador Samaritano*
Maria Adrielma Barbosa da Silva
Marleide Campos da Silva
Mauro José Alves Ferreira *Arte-Educador Novolhar*
Mayara Evelyn de Souza
Michele Nunes Bonifácio
Miguel Almeida Gonçalves
Pablo Diego de Araripe
Rafael Bispo dos Santos
Rubens Oliveira Martins *Arte-Educador Arrastão*
Samara Cristina das Neves de Souza
Sidney Pereira da Silva
Silene Ribeiro Abrantes
Silvana de Jesus Santos
Thiago Antônio Figueiredo Ferreira
Vanessa de Souza
Wanderley Santos da Silva

Agradecimentos:
Alexandro Luiz França
Ana Paula Mastrodi
Arthur Nestrovski
Carmen Purri
Kika Brant
Luciana de Carvalho
Vittorio Emanuelle Rossi Jr.

Indicações de Leitura

Reeducação do Movimento

AMBROSE, Kay. *Classical Dances and Costumes of India*. London, Adam and Charles Black, 1952.

BARBA, Eugênio. *A Arte Secreta do Ator*. São Paulo, Hucitec, 1995.

BERENSTEIN, Paola; SEIBLITZ, Pedro; VARELLA, Drauzio & BERTAZZO, Ivaldo. *Maré Vida na Favela*. Rio de Janeiro, Casa da Palavra, 2002.

BERTAZZO, Ivaldo. *Cidadão Corpo*. São Paulo, SESC, 1996. Reedição: Summus Editorial, 1998.

BÉZIERS, Marie-Madeleine & HUNSINGER, Yva. *O Bebê e a Coordenação Motora* (Trad. Lúcia Campello Hahn). São Paulo, Summus Editorial, 1992.

CAMPIGNION, Philippe. *Aspectos Biomecânicos* (Trad. Lúcia Campello Hahn). São Paulo, Summus Editorial, 2003.

____. *Respir-Ações* (Trad. Lúcia Campello Hahn). São Paulo, Summus Editorial, 1996.

DENNY-STRUYF, Godelieve. *Cadeias Musculares e Articulares*. São Paulo, Summus Editorial, 1995.

JOUSSE, Marcel. *L'Antropologie du Geste*. Paris, Galimard, 1974.

LIBERSA, Claude. *Anatomie*. Paris, Vigot, 1987.

MACHADO, Álvaro (Org.). *Mestres-Artesãos*. São Paulo, SESC, 2000.

____. *Folias Guanabaras*. São Paulo, SESC, 2001.

PEZIN, Patrick (Edit.). *Theatres D'Orient - Le Kathakali L'Odissi*. Paris, Bouffonneries, 1983.

PIRET, Suzanne & BÉZIERS, Marie-Madeleine. *A Coordenação Motora - Aspecto Mecânico da Organização Psicomotora do Homem* (Trad. Ângela Santos; revisão técnica Lúcia Campello Hahn). São Paulo, Summus Editorial, 1996.

RAYNARD, Francis. *Redonner Vie au Mouvement*. Suíça, Delachaux et Niestlé, 1993.

VARELA F.J. *Autonomie et Connaissance*. Paris, Seuil, 1989.

Linguística

BAKHTIN, Mikhail. *Marxismo e Filosofia da Linguagem*. São Paulo, Hucitec, 1979.

____. *Estética da Criação Verbal*. São Paulo, Martins Fontes, 2003.

BRAIT, Beth & ROJO, Roxane. *Gêneros: Artimanhas do Texto e do Discurso*. Escolas Associadas, 2002.

MAINGUENEAU, Dominique. *Análise de Textos de Comunicação*. São Paulo, Cortez, 2001.

SOUZA, J.B. *Meios de Comunicação de Massa: Jornal, Televisão, Rádio*. São Paulo, Scipione, 1996.

Saúde

AQUINO, J. G. e outros. *Drogas na Escola: Alternativas Teóricas e Práticas.* São Paulo, Summus, 1998.

BUCHER, R. "O consumo de inalantes por crianças e adolescentes no Brasil". In: *Drogas e Drogadição no Brasil.* Porto Alegre, Artes Médicas, 1992.

GREGORI, M. A. *Viração: Experiências de Meninos nas Ruas.* São Paulo, Companhia das Letras, 2000.

OUTEIRAL, J. *Adolescer: Estudos Revisados Sobre Adolescência.* Rio de Janeiro, *Revinter,* 2002.

SILVEIRA FILHO, D. X. "Dependências: De que estamos falando afinal?". In: SILVEIRA FILHO, D. X. & GORGULHO, M. (Orgs.), *Dependência: Compreensão e Assistência às Toxicomanias (uma Experiência do PROAD)*. São Paulo, Casa do Psicólogo, 1996.

WINNICOTT, D. W. *Privação e Delinqüência.* São Paulo, Martins Fontes, 1999.

Percussão

BONA, P. *Método Completo de Divisão Musical.* São Paulo, Irmãos Vitale Editores.

HINDEMITH, Paul. *Treinamento Elementar para Músicos.* São Paulo, Ricordi Brasileira, 1988.

LACERDA, Osvaldo. *Compêndio de Teoria Elementar da Música.* São Paulo, Musicália, 1976.

POZZOLI, Heitor. *Guia Teórico e Prático para Ensino do Ditado Musical.* São Paulo, Ricordi Brasileira, 1978.

Origami

BIDDLE, Steve & BIDDLE, Megumi. *Origami, Inspired by Japanese Prints.* Londres, British Museum Press, 1998.

BRILL, David. *Brilliant Origami – a Collection of Origami Designs.* Nova York, Japan Publications Inc., 1996.

HONDA, Isao. *The World of Origami.* Tóquio, Japan Publications Trading, 1973.

KANEGAE, Mari & IMAMURA, Paulo. *Arte e Técnica da Dobradura de Papel.* São Paulo, Aliança Cultural Brasil–Japão, 1990.

KASAHARA, Kunihiko. *Kami to Origami.* Tóquio, Shogakkan, 1981.

____. *Origami omnibus: Paper Folding for Everybody.* Tóquio, Publications, Inc., 1988.

KASAHARA, Kunihiko & TAKAHAMA, Toshie. *Origami for the Connoisseur.* Nova York, Japan Publications, Inc, 1998.

KANEGAE, Mari e HAGA, Alice. *Brincando com Papel.* São Paulo, Global, 1996.

LANG, Robert J. *The Complete Book of Origami – Step by Step Instructions Over 1000 Diagrams.* Nova York, Dover Publications, Inc., 1988.

ONGs participantes

Ação Comunitária Tiradentes
Telefone: (11) 6559-1886
www.act.org.br
Presidente: Maria da Graça dos Reis

Arrastão Movimento de Promoção Humana
Telefone: (11) 5841-3366
www.arrastao.org.br
Diretora: Vera Masagão Ribeiro

Associação Novolhar
Telefone: (11) 3104-8862
www.novolhar.org.br
Supervisor: Paulo Santiago Visor

Associação Sarambeque de
Desenvolvimento Cultural e Social
Telefone: (11) 5851-8905
www.1design/sarambeque.com.br
Presidente: Ana Maria Medeiros

Centro de Educação Popular da
Comunidade N. Sra. Aparecida
Telefone: (11) 6943-5740
cepcnsa@ibest.com.br
Presidente: Ionilton Gomes de Aragão

Fundação Gol de Letra
Telefone: (11) 6953-0004
www.goldeletra.org.br
Diretor Presidente: Raí (Souza Vieira de Oliveira)

Projeto Samaritano
São Francisco de Assis
Telefone: (11) 6943-4996
sfasfis@terra.com.br
Presidente: Edvaldo dos Santos

Escola de Reeducação do Movimento - Ivaldo Bertazzo
Rua Cotoxó, 01 – CEP 05021-000 – Tel.: 3801-3129
www.ivaldobertazzo.com.br

Este livro foi composto na fonte Esprit Book, impresso pela Margraf Editora e Indústria Gráfica Ltda em papel couchê fosco 120gr. Todos os direitos de imagens estão reservados pelo SESC de São Paulo. Reproduções somente serão permitidas mediante consulta prévia.
março 2004